

Ehkäisevä Päihdetyö Sipoossa

2022–2024



Sisällys

1 Ehkäisevä päihdetyö: Mitä ja miksi?	2
1.1 Mitä on ehkäisevä päihdetyö?	2
1.2 Miksi ehkäisevän päihdetyön suunnitelma?	3
1.2.1 Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä	4
1.3 Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori	5
1.3.1 Koordinaattori takaa tehokkaamman tiedonjaon ja yhteistyön	6
1.3.2 Mitä koordinaattori käytännössä tekee?	6
1.4 Toimijaverkoston kuvaus	7
2 Päihteet ja Sipoon	9
2.1 Hyvinvoinnin ja päihteidenkäytön nykytilanne Sipoossa	9
2.1.1 Lapset ja nuoret	9
2.1.2 Työikäiset	15
2.1.3 Ikäihmiset	16
2.2 Ehkäisevän päihdetyön olemassa olevat rakenteet ja nykyiset toimenpiteet	17
2.2.1 Lapset ja nuoret	17
2.2.2 Työikäiset	21
2.2.3 Ikäihmiset	23
2.3 Sipoon nykyiset mielenterveys- ja päihdepalvelut	24
2.3.1 Lapset ja nuoret	24
2.3.2 Työikäiset	24
2.3.3 Ikäihmiset	25
3 Ehkäisevän päihdetyön strategiset tavoitteet ja tulevat toimenpiteet Sipoossa	26
3.1 Lapset ja nuoret	27
3.2 Työikäiset	29
3.3 Ikäihmiset	30
4 Tutkimukset mittarina ja jatkuva seuranta	31
5 Käytännön vinkit ja toimenpiteet	32
5.1 Ehkäisevä päihdetyö arjessa – käytännön vinkkejä työhön	32
5.2 Toimenpideluettelo	35
6 Yhteenveto	36
Lähteet	37

Liitteet

1 Ehkäisevä päihdetyö: Mitä ja miksi?

Tämä suunnitelma toimii työkaluna Sipoon kunnan työntekijöiden, yhteistyökumppaneiden ja päättäjien tukena lakisääteisen ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseksi kunnassa. Suunnitelman on tarkoitus tukea kunnan eri toimintayksiköiden välistä yhteistyötä ja yhteistyötä järjestösektorin yhteistyökumppaneiden ja kuntalaisten kanssa sekä tarjota ehkäisevän päihdetyön työkaluja ammattilaisille. Suunnitelmassa avataan Sipoon tämänhetkistä päihdetilannetta ja ehkäisevän päihdetyön tilannetta sekä tulevaa päihdetyötä, suunnitelmia ja tavoitteita ottaen huomioon kaikki kuntalaiset ikäryhmittäin.

1.1 Mitä on ehkäisevä päihdetyö?

Päihde- ja mielenterveysongelmilla on hyvin merkittävä vaikutus kansanterveyteen. Ongelmat vaikuttavat yksilön lisäksi myös hänen lähipiiriinsä ja yltävät monesti sukupolvesta toiseen.

[Ehkäisevä päihdetyö](#) on päihteiden aiheuttamien haittojen ehkäisyä ja vähentämistä. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää, saatavuutta ja tarjontaa ja päihdehaittoja, edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia sekä tukea erityisesti lasten ja nuorten päihdeettömyyttä sekä lykätä päihteiden käytön aloittamista ja ensikokeiluja.

[Ehkäisevä päihdetyö](#) kohdistuu alkoholiin, huumausaineisiin, tupakkaan ja muihin päihtymiseen käytettyihin aineisiin. Rahapeliriippuvuus ja muut toiminnalliset riippuvuudet kuuluvat myös ehkäisevän päihdetyön aihepiiriin.

Päihdehaittoja voi ehkäistä ja vähentää:

- » vaikuttamalla päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin
- » vahvistamalla suojaavia tekijöitä ja vähentämällä riskitekijöitä
- » vaikuttamalla päihteiden käyttötapoihin sekä niiden saatavuuteen ja tarjontaan

Toiminnot voi kohdistaa:

- » koko yhteiskuntaan
- » paikallisyhteisöihin
- » lähisuhteisiin
- » yksilöihin



Lähde: EHYT ry 1

1.2 Miksi ehkäisevän päihdetyön suunnitelma?

Hyvä arkiympäristö vähentää päihteiden käytöstä, tupakasta ja pelaamisesta aiheutuvia haittoja ihmisille, heidän läheisilleen ja lähiympäristölleen. Lause mainitaan [toimeenpanosuunnitelmassa](#), liittyen valtion periaatepäätökseen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämiseen 2030 ja toimii hyvänä perustana myös ehkäisevälle päihdetyölle.

[Laadukas ehkäisevä päihdetyö](#) edistää hyvinvointia kunnassa ja voi säästää suuria yhteiskunnallisia kuluja esim. korjaavien palveluiden ja mielenterveyspalveluiden osalta. Ehkäisevä päihdetyö on tiedon keruuta päihteiden käytöstä, käyttötavoista ja vaikutuksista ja sen jakamista ja viestintää. Jokaisella on oikeus saada omien valintojensa perustaksi oikeaa, tutkimuksiin perustuvaa tietoa päihteiden käytön riskeistä ja vaikutuksista.

Tiedon välittämisen lisäksi ehkäisevä päihdetyö on käytännön toimintaa kunnassa ja eri yhteisöissä.

Ehkäisevän päihdetyön toimijoiden joukko on laaja, ja erilaisia ehkäisevän päihdetyön toimia toteutetaan laajasti sekä kunnan eri sektoreilla että tulevan hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystalouksissa ja yhteistyössä mm. järjestöjen kanssa. Haasteena on näiden erillisten toimien yhteensovittaminen ja koordinointi.

Ehkäisevän päihdetyön monialaisuus vaatii työn koordinoitua. Eri toimijoiden työn yhteensovittaminen on edellytyksenä tälle. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman tarkoituksena on kuvata, kehittää ja yhteensovittaa eri tahojen ehkäisevää päihdetyötä Sipossa. Tässä suunnitelmassa kootaan yhteen käytössä olevat toimintamallit, kuvataan ajankohtaisia ilmiöitä ja tehdään kehittämissuunnitelmia sekä luodaan uusia, näyttöön perustuvasti toimivia toimintatapoja Sipooseen.

Ehkäisevän päihdetyön vaikuttavista menetelmistä on olemassa tutkimustietoa. Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö on verkostomaista, riittävän laaja-alaista ja pitkäkestoista työtä. Kohderyhmät on myös otettu mukaan toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen ja varsinkin nuorten osalta osallisuus ja osallisuuden tunne ovat tärkeä osa ehkäisevää työtä. Yleisesti vaikuttavaksi on todettu sellainen ehkäisevä päihdetyö, joka pyrkii lisäämään päihdehaitoilta suojaavia tekijöitä ja poistamaan riskitekijöitä ja on tarpeeksi kohdennettua. Näitä tekijöitä on kaikilla ehkäisevän päihdetyön toteutustasoilla yhteiskunnasta yksilöön.

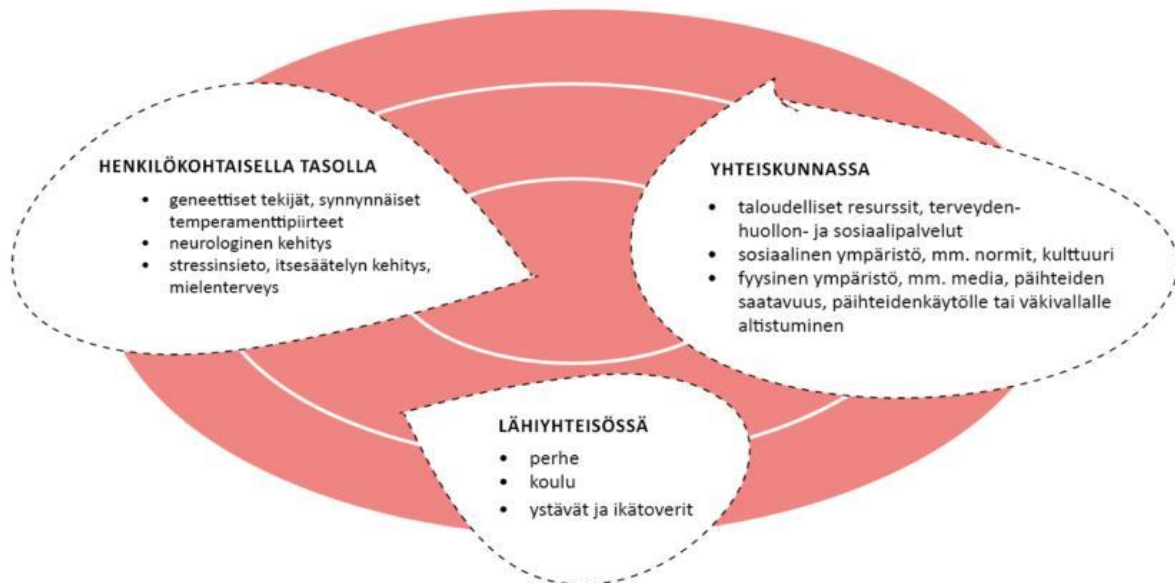
Eri elämäntilanteissa riski- ja suojaavat tekijät ovat erilaisia. Erilaiset siirtymävaiheet, kuten koulun aloitus, yhdeltä kouluasteelta seuraavalle siirtyminen, lapsuuden kodista pois muuttaminen, perheen perustaminen, avioero, työttömyys tai eläkkeelle siirtyminen ovat erityisen tärkeitä ehkäisevälle päihdetyölle. Näissä elämän murroskohdissa alttiut kohdata haastavia tilanteita ja käyttää päihteitä haitallisesti kasvavat – toisaalta monet murroskohdat elämässä luovat mahdollisuuksia elämäntapojen positiivisiin muutoksiin.

Koulujen päihdekasvatus on yksi suosituimmista ehkäisevän päihdetyön muodoista. Sen lisäksi koulut voivat monin tavoin tukea oppilaidensa osallisuutta ja hyvinvointia, muun muassa koulun päihdesääntöjä ja oppilaiden osallisuutta koulu yhteisössä ylläpitämällä.

Myös lähes kaikilla muilla yhteiskunnan toimijoilla sosiaali- ja terveydenhuollosta kaupallisiin toimijoihin ja järjestöihin on oma roolinsa ehkäisevässä päihdetyössä. Esimerkiksi päihteiden käytön voi ottaa puheeksi ja tarjota tarvittaessa välitöntä tukea sen hallintaan kaikkialla, missä ihmiset kohtaavat toisiaan. Vanhempien kasvatustaitojen tuki ryhmämuotoista vanhemmuustaitokasvatusta tarjoamalla on yksi vaikuttavista päihde-ehkäisyn muodoista.

Lähtökohtaisesti hyvä päihde-ehkäisy onkin aina monialaista ja eri ikäkaudet kattavaa. Parhaimmillaan ehkäisevä työ ulottuu vauvoista vaareihin. Työ on vaikuttavaa, kun se perustuu luotettavaan tutkimustietoon, huolelliseen monialaisen työn koordinointiin ja kun käytettävissä on riittävät resurssit.

Päihde- ja pelihaitoille voivat altistaa moninaiset, toisiinsa kytkeytyvät yksilön ja hänen lähiympäristönsä ominaisuudet sekä yhteiskunnallisen tason tekijät



Lähde: EHYT ry 2

1.2.1 Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä

Ehkäisevää päihdetyötä ohjaa [Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä \(523/2015\)](#). Laki tuli voimaan 1.12.2015 ja se määrittää alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja rahapelaamisen haittojen ehkäisyä. Lain mukaan kunnilla on velvollisuus tuottaa rakenteet, jotka mahdollistavat ehkäisevän päihdetyön tekemisen.

Lain mukaan ehkäisevän päihdetyön on perustuttava päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Ehkäisevässä päihdetyössä tulee lain mukaan kiinnittää huomiota myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin. Kunnat vastaavat hallinnollisella tasolla ehkäisevän päihdetyön koordinoinnista ja organisoimisesta. Lisäksi kunnan tulee edistää asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia ehkäisevässä päihdetyössä. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman laatiminen on sitova tavoite Sipoon kunnan [talousarviossa](#) vuodelle 2021.

Ehkäisevää päihdetyötä johtaa sosiaali- ja terveysministeriö, työtä kehittää ja ohjaa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja siitä vastaavat paikallisesti aluehallintovirastot yhdessä muiden viranomaisten kanssa. Ehkäisevän päihdetyön laki määrittää, miten kunnissa ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan. Kunnat vastaavat hallinnollisella tasolla ehkäisevän päihdetyön koordinoinnista ja organisoimisesta.

Ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain 5 § mukaan kunta huolehtii ehkäisevän päihdetyön tarpeen mukaisesta organisoinnista alueellaan ja nimeää ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen. Sipoossa vastaavana toimielimenä toimii sivistysvaliokunnan vapaa-ajanjaosto.

Toimielimen tehtävänä on:

- 1) huolehtia kunnan päihdeolojen seurannasta ja niitä koskevasta tiedotuksesta;
- 2) huolehtia siitä, että päihdehaittoja ja niiden vähentämistä koskevaa tietoa tarjotaan yksityisille henkilöille ja koko väestölle;
- 3) lisätä ja tukea päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista kaikissa kunnan tehtävissä;
- 4) esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia kunnan hallinnossa, erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollossa, sivistys-, liikunta ja nuorisotoimessa sekä elinkeinotoimessa;
- 5) huolehtia siitä, että 4 kohdassa tarkoitetut kunnan toimet sovitetaan yhteen poliisin, alkoholilain (1102/2017) ja tupakkalain (549/2016) noudattamisen valvonnan, elinkeinoelämän ja erityisesti ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvien yleishyödyllisten yhteisöjen ehkäisevään päihdetyöhön kuuluvien ja sitä tukevien toimien kanssa.

Käytännön ehkäisevä päihdetyö sen sijaan kuuluu osaksi esimerkiksi kasvatusalan ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten työtä. Erityisesti ammattikasvattajilla on merkittävä rooli lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kasvun tukemisessa sekä päihdeiden käytön ehkäisyssä.

Käynnissä oleva sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus siirtää sosiaali- ja terveyspalvelut kunnista hyvinvointialueille. Hallituksen [esityksessä](#) noudatetaan sosiaali- ja terveyshuollon järjestämisestä annettavan lain hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä koskevaa sääntelyratkaisua siitä, että jatkossa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tehtävä on osaltaan sekä kunnalla että hyvinvointialueella. Tämän sääntelyn johdosta ja sitä noudattaen ehkäisevä päihdetyö ja ehkäisevä lastensuojelu, jotka ovat osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, ovat jatkossa sekä kunnan että hyvinvointialueen tehtäviä.

1.3 Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori

Kunnilla on lakiin perustuva velvollisuus tuottaa rakenteet, jotka mahdollistavat laadukkaan ehkäisevän päihdetyön tekemisen. Jokaisessa kunnassa tulee olla nimettynä ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava toimielin, mutta varsinaista tehtävää hoitaa usein toimielimen nimittämä monialainen työryhmä.

Kokemustieto osoittaa, että ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava työryhmä tarvitsee tuekseen selkeällä mandaatilla toimivan koordinaattorin. Hyvä koordinaattori on investointi, joka maksaa itsensä takaisin viihtyisämpänä asuinympäristönä, pienempinä sosiaali- ja terveystukustannuksina sekä paremmin voivina asukkaina. Hyvinvoivat asukkaat ovat myös Sipoon kuntastrategian päätavoite.

Sipooseen on vuoden 2021 alussa palkattu [ehkäisevän päihdetyön koordinaattori](#) ja ehkäisevän päihdetyön työryhmä nimetty ja perustettu keväällä.

1.3.1 Koordinaattori takaa tehokkaamman tiedonjaon ja yhteistyön

Kuntien ehkäisevän päihdetyön koordinaation tavoitteena on varmistaa, että:

- eri toimijoilla ja hallinnonaloilla on käytössään ajantasainen tieto kunnan ja alueen päihteiden käytöstä ja päihdehaitoista.
- kunnassa tehtävä ehkäisevä päihdetyö vahvistuu ja kattaa kaikki ikä- ja kohderyhmät.
- ehkäisevää työtä tekevien tahojen tehtävät on sovitettu yhteen: kunnat, poliisi, alkoholi- ja tupakkalakien noudattamisen valvonta, elinkeinoelämä, järjestöt ja seurakunnat tukevat ja täydentävät toistensa työtä.
- päihdehaittoja ehkäisevien toimien ja menetelmien osaaminen lisääntyy kunnan kaikissa tehtävissä.
- kuntalaisia kannustetaan osallistumaan ehkäisevään päihdetyöhön.
- päihdehaitoista ja -työstä tiedotetaan säännöllisesti, kunnan verkkosivut ovat aiheesta ajan tasalla ja kansalaisviestintä on kohderyhmälähtöistä.

1.3.2 Mitä koordinaattori käytännössä tekee?

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin tehtävä on monipuolista käytännön organisointia, yhteydenpitoa ja tiedon kokoamista ja jakamista eri kohde- ja ikäryhmistä ja niiden päihteiden käytöstä, sekä päihdehaitoista. Käytännössä työ painottuu lapsiin ja nuoriin, sillä tässä kohderyhmässä ehkäisy on tehokkainta ja vaikuttavinta. Koordinaattori toimii myös nuorisopalveluiden alaisuudessa ja koulutus on sen mukainen, joten ammatillinen osaaminen on vahvinta lasten ja nuorten kanssa tehtävässä työssä. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori toimii kunnan ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilönä.

Koordinaatio on vuorovaikutusta ja viestintää. Koordinaattori on toiminnan kehittäjä ja sen mahdollistaja: hän varmistaa, että ehkäisevään päihdetyöhön liittyvä ja siinä tarvittava tieto liikkuu avoimesti, tehokkaasti ja monikanavaisesti niin eri toimijoiden välillä kuin kuntalaisillekin.

Mitä hyötyä koordinaatiosta on?

- Päihdehaittoja ehkäistään ja vähennetään kustannustehokkaasti
- Ehkäisevää päihdetyötä tehdään eri toimialoilla, toimiviksi todetuilla menetelmillä
- Työ on monialaista ja toiminnoissa ja hankkeissa huomioidaan synergiaedut
- Osaaminen lisääntyy, jolloin työn laatu on parempaa ja palvelut tehokkaampia
- Asukkaat osallistuvat haittojen ehkäisyyn ja pääsevät vaikuttamaan asuinympäristönsä asioihin ja ovat tietoisia ehkäisevän päihdetyön palveluista ja hyödyistä.

Koordinaattori vastaa yhteydenpidosta kunnan ja tulevan hyvinvointialueen välillä ja osallistuu alueen kuntien ehkäisevän päihdetyön ja hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen verkostoihin. Koordinaattori toimii sitouttajana ja motivoi eri toimijoita ehkäisevää päihdetyötä koskevien suunnitelmien toteuttamiseen ja seurantaan.

Sipoossa ehkäisevän päihdetyön koordinaattori on palkattu nuorisopalveluiden alaisuuteen ja käytännön tehtäviin kuuluu yllämainittujen vakiintuneiden tehtävien lisäksi:

- tiedon jakaminen sekä nuorille että heidän vanhemmilleen
- seminaarien/vanhempainiltojen järjestäminen ajankohtaisista päihdeilmiöistä
- päihdeoppitunteja yläkoulun oppilaille, etenkin pienluokille
- avoimen vuorovaikutuksen ja ymmärtäväisen/empaattisen kulttuurin tukeminen kunnassa
- koulutusten ja materiaalien tarjoaminen nuoriso-ohjaajille ja muulle henkilökunnalle
- ehkäisevän päihdetyön suunnitelman päivittäminen ja ajan tasalla pitäminen
- ehkäisevän päihdetyön käytännöt -työryhmän asioiden valmisteleminen

1.4 Toimijaverkoston kuvaus

Ehkäisevän päihdetyön toimijaverkoston kuuluu laajalti sekä kunnan eri yksiköt että niiden ulkopuolella olevat yhteistyötahot ja järjestöt. Lisäksi kaikki kuntalaisten ja eri ryhmien tarpeet pyritään ottaa huomioon mahdollisimman hyvin ehkäisevän päihdetyön suunnitelmaa laatiessa. Tästä huolimatta on työn selkeyttämiseksi ensisijaisesti otettu huomioon ne toimijat kunnassa, jotka ovat keskeisimmässä roolissa ehkäisevän päihdetyön rakenteita kehittäessä.

Ihmisten hyvä arjen tukeminen on parasta ennaltaehkäisevää päihde- ja mielenterveystyötä. Riittävän hyvään arkeen kuuluu muu muassa riittävä toimeentulo, katto pään päällä, lapsille ruokaa, turvallinen ympäristö, johonkin yhteisöön kuuluminen, merkityksellisiä ihmissuhteita, kokemus pärjäämisestä ja elämän merkitykselliseksi tunteminen. Riittävän hyvän arjen turvaamiseen sipoolaisille tarvitaan kaikkia kunnan toimijoita, myös järjestöjä, yhteisöjä ja yrityksiä. Ennaltaehkäisevällä päihde- ja mielenterveystyöllä tulisi olla asianajajia jokaisella osastolla, sillä ihmisten arki toteutuu muualla kuin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. Ihmisiä tulee auttaa kantamaan vastuuta itsestään ja läheisistään mahdollisimman lähellä heidän omaa arkeaan. Yksinäinen ikäihminen tarvitsee mielekästä tekemistä ja ihmiskontakteja, väsynyt lapsiperheen vanhempi taasen apua lastenhoitoon tai siivoukseen, koululaiset viisaita aikuisia rinnalleen kouluun ja kotiin, itsenäisen elämän kynnyksellä oleva nuori konkreettista tukea itsenäiseen asumiseen. Tämä mainitaan myös Sipoon kunnan päihde- ja mielenterveystyön toimenpideohjelmassa.

Koska ehkäisevän päihdetyön suunnitelma on lakisääteinen (*Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä*), Sipoon kunnanjohtaja nimesi 23.3.2021 sen laatimista varten ehkäisevän päihdetyön moniammatillisen työryhmän, jonka voimin Sipoon kunnan ehkäisevän päihdetyön rakenteita ja tarpeita on kartoitettu ja kehitetty. Työryhmän tehtävät ovat kunnan ehkäisevän päihdetyön käytännön toiminnan suunnitteleminen, toteuttamisen koordinointi, tiedon vastaanottaminen ja välittäminen sekä lakisääteisen ehkäisevän päihdetyön suunnitelman laatiminen. Ehkäisevän päihdetyön työryhmän ohjausryhmänä toimii lasten ja nuorten hyvinvointityöryhmä. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori toimii työryhmässä puheenjohtajana ja koollekutsujana sekä, työryhmän tukemana, ehkäisevän päihdetyön suunnitelman laatijana. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori on päävastuussa suunnitelman laatimisesta. Työryhmän edustajat ovat hankkineet ja jakaneet tietoa omista yksiköistään sekä omiin yksikköihin. Lisäksi muilta yksiköiltä ja tahoilta, joita asia Sipoon kunnassa koskee, on kerätty tietoa.

Työryhmä koostuu yhteensä 13 edustajasta kunnan eri osastoista sekä kunnan ulkopuolisista yhteistyötahoista, joissa toteutetaan ehkäisevää päihdetyötä:

- Nuorisopalvelut / ehkäisevän päihdetyön koordinaattori
- Yhteinen koulutoiminta / opetuspäällikkö
- Oppilashuolto / koulukuraattori
- Terveysneuvonta / koulu- ja opiskeluterveydenhuollon vastaava terveydenhoitaja
- Päihde- ja mielenterveystyö / päihdetyöntekijä
- Lapsiperheiden sosiaalityö / sosiaalityöntekijä
- Talouspalvelut / erikoissuunnittelija
- Kotihoito ja päiväkeskus / palvelupäällikkö
- Ikääntyneiden palvelut / palvelujohtaja, vanhus ja vammaispalvelut (ennalta ehkäisevä toiminta)
- Liikuntapalvelu / liikuntapalvelupäällikkö
- Porvoon kaupunki, ympäristöterveydenhuolto / terveystarkastaja
- Itä-Uudenmaan poliisilaitoksen ennalta estävä toiminta / vanhempi konstaapeli
- Sipoonlahden koulun vanhempainyhdistys / vanhempainedustaja
- Kondis ry päihde- ja mielenterveystyö / kokemusasiantuntija

Vapaa-ajanjaosto hyväksyy ehkäisevän päihdetyön suunnitelman 2022–2024 ja lähettää sen tiedoksi sivistysvaliokuntaan ja sosiaali- ja terveysvaliokuntaan.

Vapaa-ajanjaosto on Sipoon kunnan ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava toimielin ja nimeää ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöksi ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin.

2 Päihteet ja Sipoon

Päihteidenkäyttö, -kulttuurit ja -asenteet määrittävät ehkäisevän päihdetyön tarpeet sekä rakenteiden olemuksen. Tässä luvussa tutkaillaan Sipoon nykyistä päihde-tilannetta sekä kehityssuuntaa ja vaikutuksia ikäryhmittäin. Tämän jälkeen kuvaillaan ja yhteensovitetään kunnan eri yksiköissä tehtävä ehkäisevä päihdetyö sekä mielenterveys- ja päihdepalvelut ja niiden keskeiset käytänteet ja toimintatavat.

2.1 Hyvinvoinnin ja päihteidenkäytön nykytilanne Sipoossa

Kuntalaisten hyvinvoinnin ja päihteidenkäytön tilanne näyttää valtakunnallisesti verrattuna keskiarvoiselta, mutta parannettavaa ja kehitettävää riittää ja tiettyjä erityistä huomiota vaativia erityispiireitä löytyy. Niitä tutkailemme lasten ja nuorten kohdalla lähinnä valtakunnallisten [kouluterveyskyselyiden](#) ja *Miten nuoret voivat Sipoossa?*-raportin perusteella.

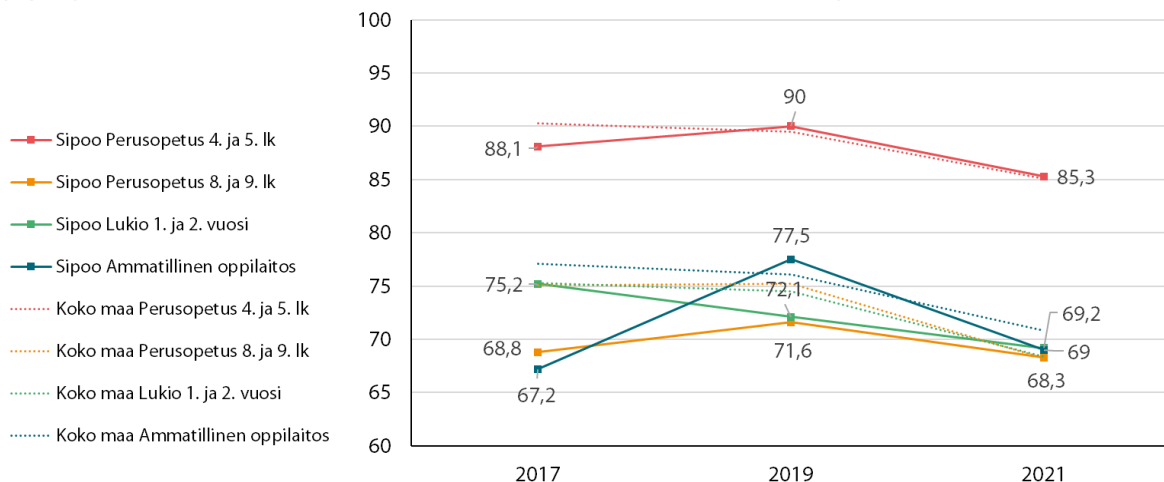
Kouluterveyskyselyyn on vuonna 2021 vastannut 388 sipoolaista alakoululaista, 405 yläkoululaista, 185 lukiolaista ja 45 ammattioppilaitoksen opiskelijaa. Matalan vastaamisluvun takia, ammattikoululaiset jäävät vähemmälle huomiolle tässä luvussa.

Aikuisten kohdalla on hyödynnetty [Sotkanet](#)-tilastotietoja ja [Sipoon hyvinvointikertomusta](#) sekä [turvallisuustoimenpideohjelmia](#). Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi-osoitteesta poimitut tilastot perustuvat mm. kansalliseen terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus [FinSote](#)-tuloksiin.

2.1.1 Lapset ja nuoret

Suurin osa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kouluterveyskyselyyn (2021) vastanneista lapsista ja nuorista kokee olevansa tyytyväinen elämäänsä ja pitää koulunkäynnistä. Elämään tyytyväisyys on kuitenkin hieman laskenut edelliseen kouluterveyskyselyyn (2019) verrattuna sekä valtakunnallisesti että Sipoossa. Sipoossa nuoret ovat hieman valtakunnallista keskiarvoa tyytymättömämpiä ja voivat psyykkisesti huonommin. Lasku on kuitenkin ollut suhteellisen suuri koko maassa 2019 ja 2021 välillä, mikä on varmasti osittain suorassa yhteydessä vallitsevaan poikkeustilaan ja pandemian vaikutuksiin. Huomioitavaa on myös, että koko Suomen mittakaavalla rajoitukset ja poikkeustila ovat vaikuttaneet vahviten Uudenmaan asukkaisiin ja nuoriin. Myös perusopetuksen 4. ja 5. lk. oppilaiden hyvinvointi, elämän tyytyväisyys ja turvallisuuden tunne on kärsinyt viimeisen kahden vuoden aikana, vaikka Sipoossa tämän kohderyhmän vointi on valtakunnallista keskiarvoa hieman parempi. Tässä iässä elämä näyttää ylipäätään vielä olevan suhteellisen huoletonna, verrattuna nuoruuteen siirtymistä.

Tyytyväinen elämäänsä*, %, sukupuoli yhteensä



Sipoossa koulukiusaamista, väkivaltaa ja seksuaalista ahdistelua on kokenut hieman suurempi osa sekä lapsista ja nuorista kuin valtakunnallisesti keskiarvosta.

Koulukiusaamista vähintään kerran viikossa kokee alakoulussa 8 % tytöistä ja 9 % pojista, yläkoulussa 6 % tytöistä ja 8 % pojista. Määrät ovat kasvaneet hiukan edellisestä kyselystä.

Alakouluissa tytöt ovat kokeneet aiempaa enemmän henkistä väkivaltaa aikuisen taholta, pojilla jonkin verran aiempaa enemmän kokemuksia aikuisten fyysisestä väkivallasta. Yläkoulun 8–9 lk. tytöistä 50 % ja pojista 26 % on vastannut kokeneensa aikuisten henkistä väkivaltaa. Fyysistä väkivaltaa aikuisten taholta on kokenut 1 % tytöistä ja 11 % pojista.

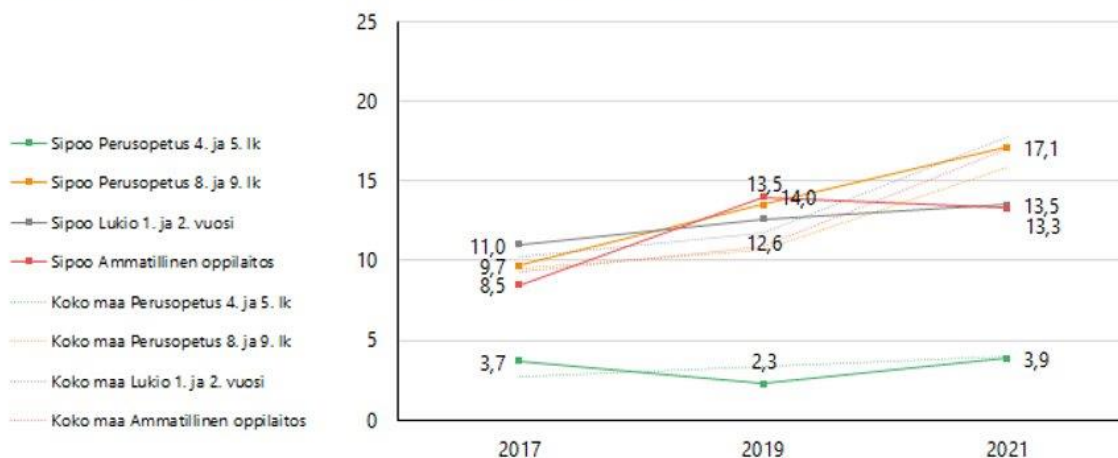
Seksuaalista häirintää koulussa on kokenut 9 % yläkoulun tytöistä ja pojista 7 % sekä 11 % lukion tytöistä ja pojista 4 %.

Noin kolmannes sipoolaisnuori kokee terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi ja kärsii mm. nukahtamisongelmista ja päänsärystä viikoittain. Suurin osa tuoreimman kouluterveyskyselyn indikaattoreista osoittaa, että sipoolaisnuorten osallisuudentunne on hyvällä tasolla (n. samalla kuin valtakunnallisestikin), mutta ainoastaan 10,9 % yläkoululaisista ja lukiolaisista kokee, että heillä on hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa. Ammatillisessa oppilaitoksessa vastaava luku on 18,6 %.

Hyvinvointi, osallisuus ja vapaa-aika



Tuntee itsensä usein yksinäiseksi*, % sukupuoli yhteensä



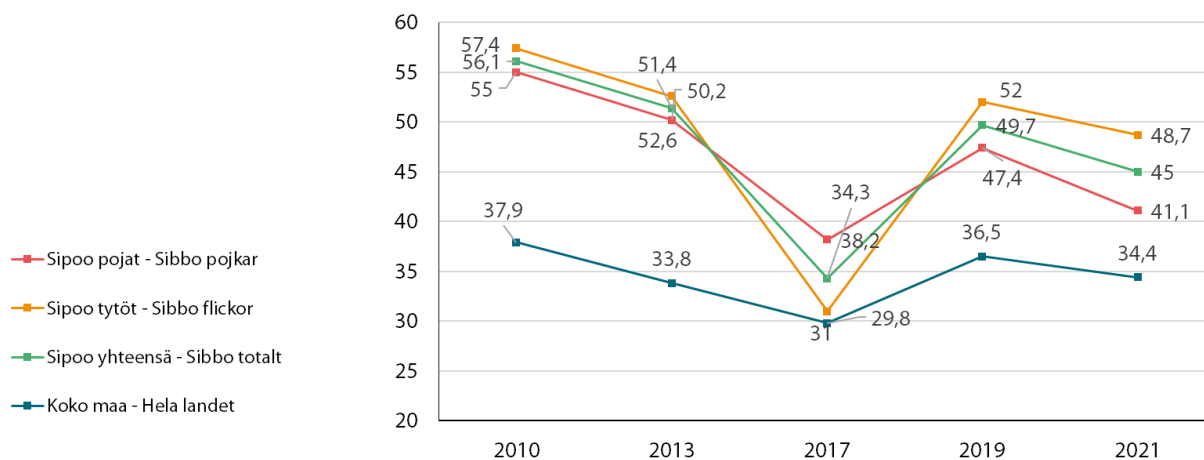
*Indikaattori perustuu kysymykseen: "Tunnetko itsesi yksinäiseksi?". Vastausvaihtoehdot: 1) en ollenkaan, 2) joskus, 3) usein. Tarkastelussa ovat ne vastaajat, jotka ovat valinneet vaihtoehdon 3.

THL: Kouluterveyskysely 2021 2

Tutkimusten mukaan osallisuus ja sen lisääminen on vaikuttavaa ehkäisevää päihdetyötä, joka tukee hyvinvointia sekä vähentää kiusaamista. Osallisuus luo kokemuksen omasta merkityksellisyydestä ja kiinnittää sitä kautta yksilöä yhteisöön. Kiusaaminen, ahdistelu ja väkivalta puolestaan lisää syrjäytymisen riskiä ja sitä myötä myös päihdeongelmien synnyn riskiä.

Kouluruokailu on keskeisessä asemassa lasten ravitsemuksessa. Valitettavan moni sipoolaisnuori ei syö päivittäin koululounasta, 8. ja 9. luokan oppilaista jopa 45 %, valtakunnallisesti vastaava numero on 34,4 %. Tästä huolimatta suurin osa kouluterveyskyselyn indikaattoreista osoittaa, että Sipoon nuoret ovat fyysisen terveyden osalta suunnilleen valtakunnallista keskiarvoa ja naapurikuntiin verrattuna vastaavalla tasolla. Sipoolaisnuoret mm. harrastavat liikuntaa hieman maan keskiarvoa enemmän ja ylipainoisuutta esiintyy hiukan vähemmän.

Ei syö koululounasta päivittäin*, % 8. ja 9. luokan oppilaista

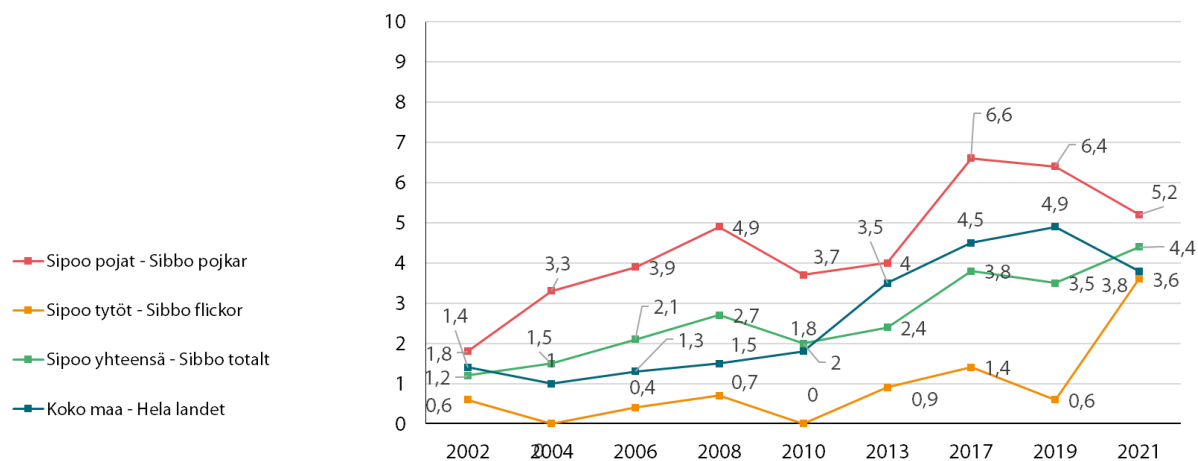


THL: Kouluterveyskysely 2021 3

Vaikka yllä mainitut tilastot näyttävät huolestuttavilta, on kolikolla myös toinen puoli. Päihteiden käyttö on keskimäärin laskussa päin sekä valtakunnallisella tasolla että Sipoossa.

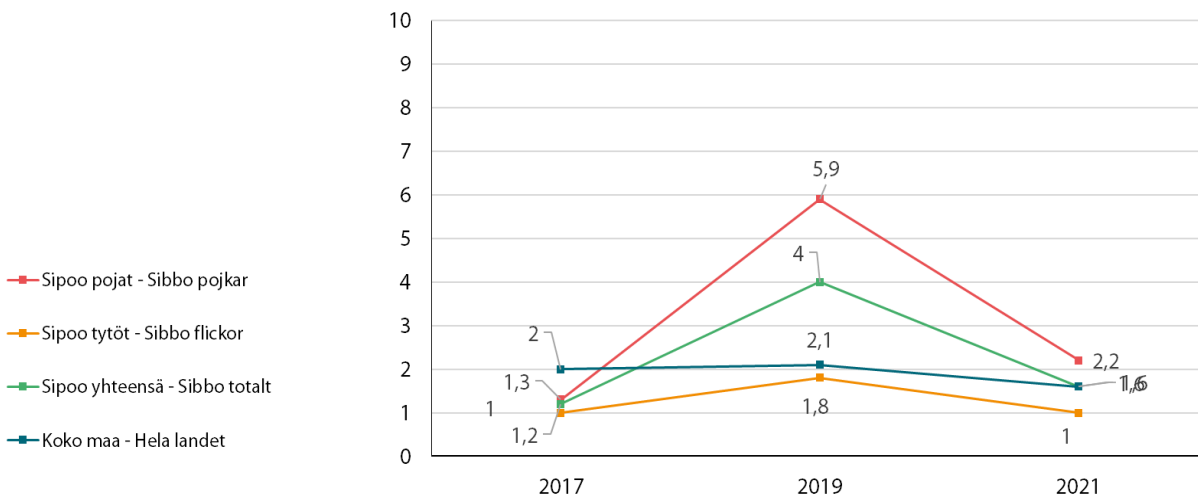
Tupakkatuotteiden käyttö on vähentynyt viimeisen kahden vuoden aikana Sipoossa, lukuun ottamatta perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaista tyttöjä, joiden keskuudessa päivittäin nuuskaavien osuus on noussut (2019 0,6 % / 2021 3,6 %). Myös alakoululaisten nuuska- ja tupakkakokeilut ovat laskussa.

Nuuskaa päivittäin*, % 8. ja 9. luokan oppilaista



THL: Kouluterveyskysely 2021 4

Nuuskannut vähintään kerran*, % 4. ja 5. luokan oppilaista



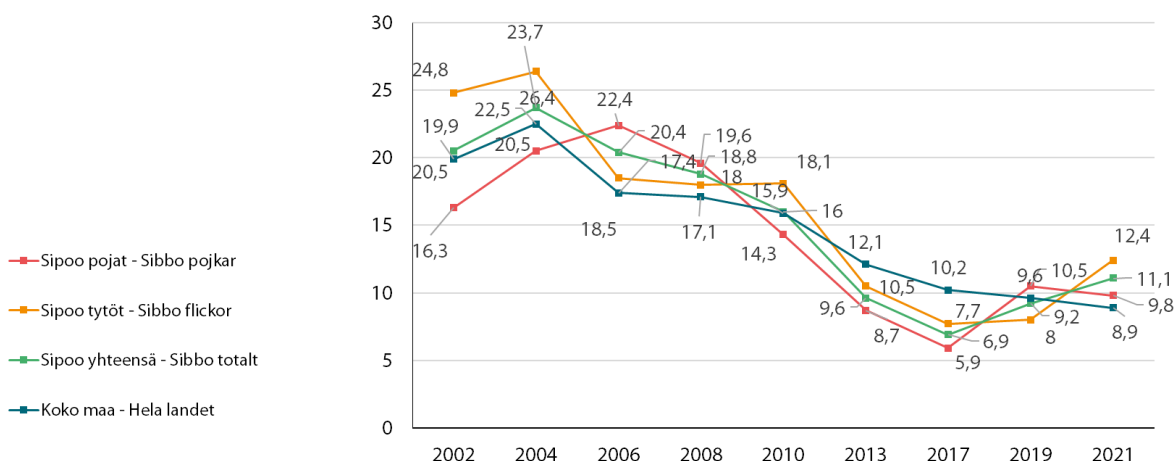
THL: Kouluterveyskysely 2021 5

Kouluterveyskyselyiden mukaan kannabistuotteiden käyttö on lisääntynyt vuodesta 2017 vuoteen 2019 nuorten keskuudessa, mutta valtaosa peruskoulun 8–9 luokkalaisista ei ole koskaan kokeillut niitä. Alkoholi on vielä tänä päivänä ylivoimaisesti yleisin päihde nuorten keskuudessa.

Kouluterveyskyselyn mukaan keväällä 2021 Sipoossa 8. ja 9. luokan oppilaista 10 % oli kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran, koko massa 8,1 %. Sipoalaisista lukiolaisista 15,5 % oli kokeillut laittomia huumeita ja koko maassa luku oli 12,6 %. Ammatillisissa oppilaitoksissa osuudet olivat vuonna 2019 niinkin korkeat kuin 31 % Sipoossa ja 20,1 % valtakunnallisella tasolla. Laittomien huumeiden kokeilu on lisääntynyt hieman vuosien 2019 ja 2021 välillä, mutta suurin ero näkyy peruskoulun ja lukion tyttöjen keskuudessa.

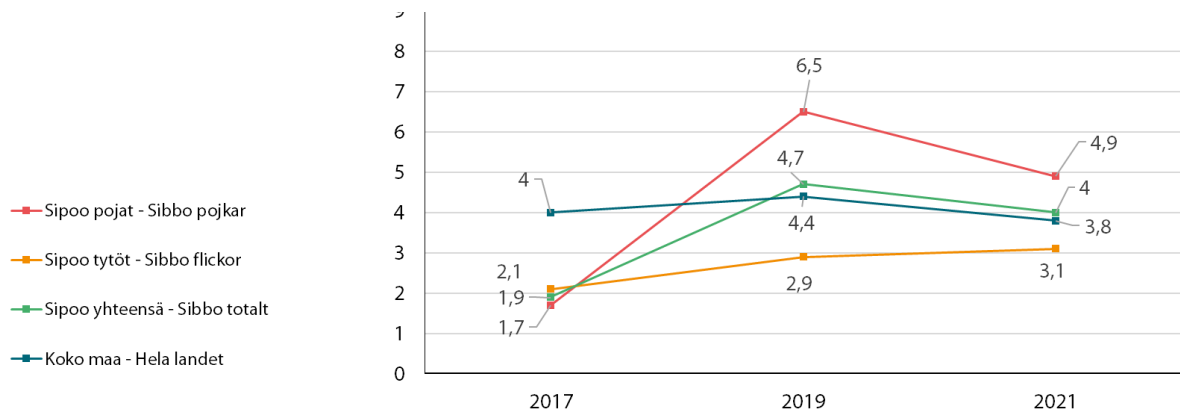
8. ja 9. luokkalaisista tytöistä Sipoossa 5,2 % mainitsee käyttäneensä jotain muuta huumaavaa ainetta (kuin kannabis, alkoholi tai nikotiini) viimeisen 30 päivän aikana, kun vuonna 2019 luku oli vain 1,8 %. Pojilla vastaava luku on 6 %, ja vuonna 2019 se oli 5,8 %. Saman ikäluokan tytöistä suurempi määrä kuin pojat kokevat olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, mutta humalajuominen on kuitenkin kummankin sukupuolen osalta laskenut reilusti viimeisen 20 vuoden aikana.

Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa*, % 8. ja 9. luokan oppilaista



Käyttänyt kannabista viimeisen 30 päivän aikana*, % 8. ja 9. luokan oppilaista

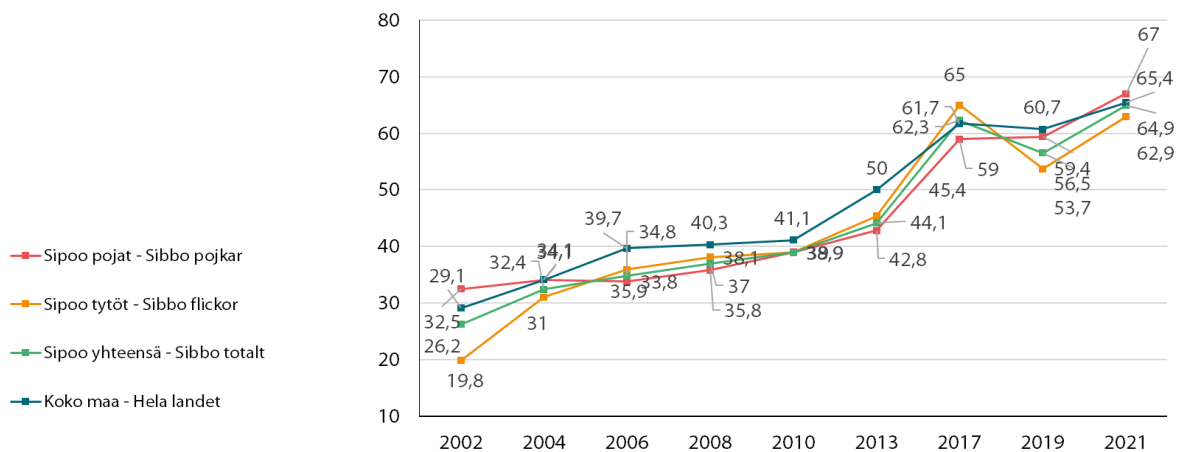
THL: Kouluterveyskysely 2021 8



THL: Kouluterveyskysely 2021 7

Raittiiden nuorten osuus on kasvanut kaikissa ikäluokissa (perusopetuksen 8. ja 9. lk. keskuudessa jopa 64,9 % kertoo olevansa täysin raittiita), mutta samalla viikoittain alkoholia käyttävien määrä on noussut. Näyttää siis siltä, että harvempi nuori käyttää päihteitä Sipoossa, mutta ne jotka käyttävät, käyttävät runsaammin. Mainitsemisen arvoista on myös, että tuoreimman kouluterveyskyselyn mukaan entistä suurempi määrä nuoria ostaa itse alkoholia tai tupakkaa vähittäismyynnistä. Päihteitä käytetään ammatillisessa oppilaitoksessa runsaiten, vaikka alkoholin käyttö on vähentynyt reilusti. Kannabiksen käyttö ja kokeilut ovat kuitenkin vähentyneet Sipoossa kaikissa ikäryhmissä paitsi lukion tyttöjen keskuudessa, joista 18,9 % kertoo kokeilleensa kannabista vähintään kerran ja 7,8 % on käyttänyt viimeisen kuukauden aikana vastaamisesta.

Raittius*, % 8. ja 9. luokan oppilaista



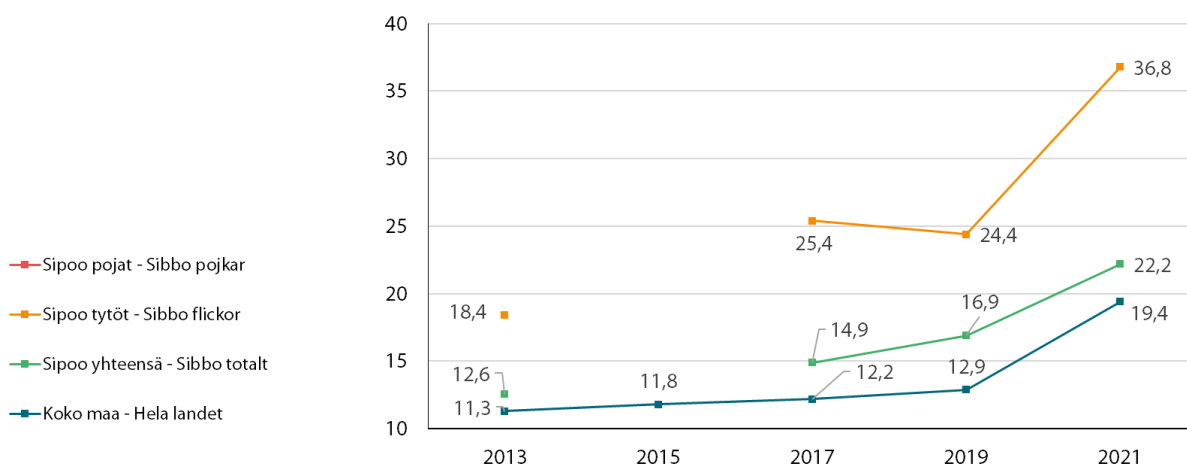
THL: Kouluterveyskysely 2021 8

Poikkeusaika näyttää vaikuttaneen tyttöihin eniten ja tuorein kouluterveyskysely osoittaa tyttöjen ahdingon. Tytöt ovat keskimertona tyytymättömämpiä elämäänsä sekä kokee enemmän ahdistusta, masennusta ja uupumusta kuin pojat. Alakoulussa elämä näyttää vielä olevan suhteellisen huoletonta, mutta kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta on kokenut joka kolmas yläasteella, lukiossa tai ammattioppilaitoksessa opiskeleva tyttö. Pojilla osuus on selvästi pienempi. Myös yksinäisyyden tunne on valtakunnallisesti yleistynyt viimeisen kahden vuoden aikana.

Sipoossa peruskoulun 8. ja 9. lk. tytöistä itsensä usein tai jatkuvasti yksinäiseksi tuntee reilusti suurempi määrä, kun edellisessä kyselyssä (27,8 % > 18,9 %). Sen sijaan poikien osalta yksinäisyys on hieman laskenut ja on reilusti pienempi kuin tytöillä (6.2 %).

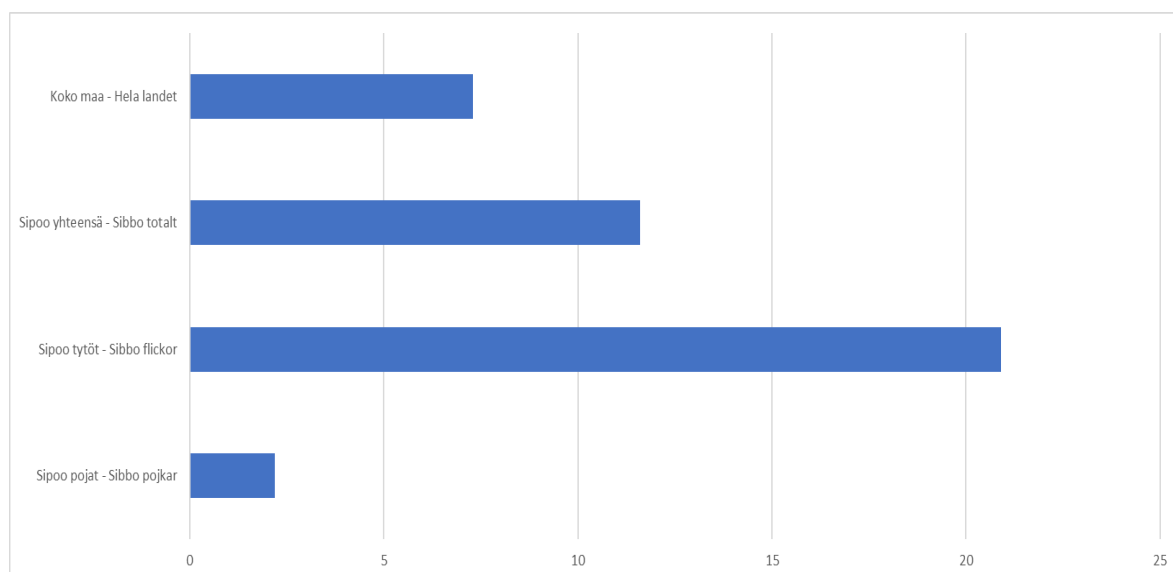
Tytöt kokevat myös kasvuympäristön turvattommaksi kuin pojat ja jopa 14,8% lukiolaistytöistä Sipoossa kokee myös haittaa vanhemman/huoltajan liiallisesta alkoholinkäytöstä. *Miten nuoret voivat Sipoossa?*-raportissa mainitaan, että noin puolet sipoolaisten lukioiden tytöistä kokevat, että elämä ei ole arvokasta, sillä ei ole tarkoitusta eikä se ole heillä hallussa. Tytöt ovat tuoreen kouluterveyskyselyn mukaan myös ollut selkeästi enemmän huolissaan koronavirustartunnan saamisesta kuin pojat. Voi todeta, että sipoolaiset tytöt voivat huonommin kuin pojat ja että korona-aika on vaikuttanut heihin enemmän.

Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus*, % 8. ja 9. luokan oppilaista



THL: Kouluterveyskysely 2021 9

Ollut paljon huolissaan koronavirustartunnan saamisesta*, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista



THL: Kouluterveyskysely 2021 10

2.1.2 Työikäiset

Alkoholia humalahakuisesti käyttävien osuus 20–64-vuotiaiden keskuudessa oli vuonna 2020 Sipossa 8,8 %, kun valtakunnallinen vastaava numero on 11,2 %. Alkoholia liikaa käyttävien osuus oli Sipoossa 23,2 % ja valtakunnallisesti 30,1 %. Vuoden 2020 aikana Sipoon kunnan kustantamia katkaisuhuoltoasemapaikkoja oli 27.

Kannabista 12 viime kuukauden aikana käyttäneiden osuus, 20–64-vuotiaiden keskuudessa oli Sipoossa vuonna 2020 7,6 % ja valtakunnallisesti 4,4 %.

Nämä Sotkanet-tilastoihin perustuvat luvut osoittavat, että vaikka Sipoossa työikäiset voivat valtakunnallisesti verrattuna suhteellisen hyvin, niin parannettavaa on ja tuen sekä ehkäisevän työn tarve on todellinen myös tällä kohderyhmällä. Tutkimukset osoittavat myös, että mielenterveysongelmat ja päihdeongelmat työikäisessä väestössä on hiljalleen noussut kunnassa.

Kuten edellisessä luvussa mainitaan, kouluterveyskyselyn mukaan jopa 14,8 % lukiolaistytöistä Sipoossa kokee haittaa vanhemman liiallisesta alkoholinkäytöstä.

Ehkäisevä päihdetyön ei koske vain mahdollisia päihteiden käyttäjiä vaan myös läheisiä ja muita ihmisiä yhteisössä. Luottamus ja turvallisuus lisäävät ihmisen hyvinvointia. Oikeudenmukaiset ja reilut järjestelmät tukevat luottamusta ja turvallisuuden tunnetta. Itäisen Uudenmaan turvallisuusohjelmassa määritellään, että turvallisuus on laaja kokonaisuus, jossa kansalaisten hyvinvointi, vahva sosiaalinen yhteisöllisyys, taloudellinen vakaus sekä yhteiskunnallinen elinvoimaisuus yhdistyvät. Se on oleellinen osa kaikenikäisten ihmisten arjen hyvinvointia ja yhteiskunnan häiriötöntä toimintaa.

Suomen on todettu olevan maailman turvallisimaa maa. Sipoon kunta on osana Itä-Uuttamaata, joka kuuluu maamme turvallisimpiin alueisiin. Työikäisten kohdalla rikosten määrän voi yleisesti ottaen yhdistää yleiseen hyvinvointiin. Sipoon rikosluvut ovat alhaisemmat kuin Suomessa keskimäärin. Poliisin tietoon tulleet henki-, ja liikenne-rikokset tuhatta asukasta kohden ovat pysyneet suunnilleen samansuuruisina Sipoossa vuosina 2016–2020. Sama koskee rattijuopumus tapauksia ja päihteiden vaikutuksen alaisena tehdyistä rikoksista epäiltyjä tuhatta asukasta kohden. Omaisuusrikokset ovat lisääntyneet vuodesta 2019, jolloin niitä oli 23,4 tuhatta asukasta kohden, vuoteen 2020, jolloin niitä esiintyi 32 tuhatta asukasta kohden. Valtaosa sipoolaisista kokee kotikuntansa turvallisuuskyselyn mukaan turvallisiksi, mutta kolmasosa kokee, että kunnassa on turvattomuutta herättäviä paikkoja. Kyselyn tarjoamista vaihtoehtoista eniten huolestuttaa sipoolaisia rikollisuuden lisääntyminen sekä huumeiden käyttäjät ja huumeikauppa. Tämä osoittaa, että ehkäisevä päihdetyön on kaikkien asia. Sipoossa on korkeat muuttoluvut, joka voivat luoda mm. juurettomuutta ja muita lieveilmiöitä. Sipoolaisia huolestuttaa eniten liian tiivis uudisrakentaminen, joka tuhoaa maaseudun viihtyisyyttä ja lisää rikollisuutta. Ilkivalta, asuntomurrot ja muut varkaudet sekä huumeiden käyttäjät huolestuttavat myös. Turvallisuuskyselyn tarjoamista vaihtoehtoista sipoolaisien mielestä eniten parantaisivat viihtyisyyttä ja turvallisuutta ympäristön siisteyden parempi ylläpitäminen, katuvalaistuksen lisääminen ja ylipäättään ympäristöstä huolehtiminen.

Vuonna 2020 Sipoossa tapahtui 4,7 henkeen ja terveyteen kohdistuvaa rikosta ja 32 omaisuusrikosta tuhatta asukasta kohden. Valtakunnallisesti vastaavat luvut olivat 6,5 ja 46,3. Vuonna 2019 Sipoossa poliisin tietoon tulleiden rattijuopumusten määrä tuhatta asukasta kohden oli 1,8 ja valtakunnallisesti 3,3. Huumauserikoksia Sipoossa tapahtui samana vuonna 2,0 tuhatta asukasta kohden, koko maan arvo oli 5,8. Päihteiden vaikutuksen alaisena tehtyjen rikosten syylliseksi epäiltyjen osuus 7,6 tuhatta asukasta kohden, koko maassa puolestaan 13,9.

2.1.3 Ikäihmiset

Väestörakenteen ikääntyminen ja eläkeläisten määrän nopea kasvu edellyttävät palveluntuottajilta uudenlaisia, monimuotoisia palveluja. Yhteiskunnallisesti keskeinen perusarvo ikääntyneiden palveluiden järjestämisessä on ihmisarvo ja siitä johdetut eettiset periaatteet: itsemääräämisoikeus, oikeudenmukaisuus, osallisuus, yksilöllisyys ja turvallisuus.

Sipoon vanhuspoliittisessa ohjelmassa painottuu sipoolaisten ikäihmisten toive asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään sekä saada eritasoisia ja erilaisia palveluita, joilla ennalta ehkäistään toimintakyvyn laskua. Erilaisten tietotekniikan apuvälineiden ja laitteiden käyttöä tullaan lisäämään, huomioiden kuitenkin, että enemmistö ikäihmisistä ei nykyisin vielä käytä arjessaan uutta tietotekniikkaa.

Lääkkeiden erikoiskorvausoikeus kuvaa pitkäaikaissairastavuutta väestössä. Lääkkeiden erikoiskorvausoikeus voidaan myöntää henkilölle, jolla on vakava ja pitkäaikainen, lääkehoitoa vaativa sairaus. Vuonna 2020 Sipoossa erikoiskorvattaviin lääkkeisiin oikeutettuja 65 vuotta täyttäneitä oli 57,4 % vastaavan ikäisistä, koko maassa 61,4 %. Luku on pysynyt Sipoossa suhteellisen tasaisena. Vuonna 2020 kotonaan asui 75 vuotta täyttäneistä sipoolaista 92,6 %, koko maan arvo oli 91,7 % ja 15,3 % samasta ikäluokasta ovat Sipoossa säännöllisen kotihoidon piirissä, kun valtakunnallinen vastaava luku on 15,9 %.

Alkoholia humalahakuisesti käyttävien osuus, 65 vuotta täyttäneistä, oli vuonna 2020 Sipoossa 9,4 %, kun valtakunnallisesti vastaava numero on 5,9 %. Saman ikäisten alkoholia liikaa käyttävien osuus oli Sipoossa 37,1 %, kun valtakunnallisesti määrä on 34,3 %. Ikäihmisten keskuudessa on tärkeä tiedostaa, että vaikka moni vähentää juomistaan iän myötä, osa silti juo tietämättään liikaa, koska alkoholin käyttö pysyy samana kun nuorempana, työikäisten kohturajoja noudattaen.

Alkoholin riskikäytön tasot (Käypähoito 2015)



Lähde: EHYT ry 3

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry kertoo, että valtakunnallisesti eläkeikäiset tarttuvat lasiin paljon useammin kuin 20 vuotta sitten, miehet useammin kuin naiset. Naisilla usein juominen on kuitenkin lisääntynyt nopeammin kuin miehillä. Ikääntyvät miehet juovat paljon isompia määriä kerralla kuin naiset: 65–69-vuotiaista miehistä 17 % juo kerran kuussa vähintään kuusi annosta, naisista 5 %. Verrattuna nuorempiin

ikäryhmiin 60–79-vuotiaiden alkoholinkäyttö on osa arkisia rutiineja, on vähemmän yhteydessä juhliin tai organisoituun seurusteluun, jakaantuu tasaisemmin viikon eri päiville ja sijoittuvat pääasiassa kotiympäristöön, varsinkin miehillä (huomattava osa, 29 %, miesten juomistilanteista on yksinjuomista). Sotkanetin tutkimustietojen mukaan voi todeta, että Sipoossa on kohtuullisen suuri määrä iäkkäitä ihmisiä, jotka käyttävät alkoholia yli riskirajojen.

2.2 Ehkäisevän päihdetyön olemassa olevat rakenteet ja nykyiset toimenpiteet

Ehkäisevällä työllä edistetään kaikkien sipoolaisten mielenterveyttä ja päihhteettömyyttä. Sipoon kunnassa ehkäistään tulevia ongelmia ja tunnistetaan riskejä varhaisessa vaiheessa, ohjauksella ja neuvonnalla mielenterveys- ja päihdeasioissa.

Kaikki ehkäisevä työ, jota tehdään peruspalveluissa, on ensiarvoisen tärkeää, koska suuri osa ongelmallisesti päihhteitä käyttävistä ei koskaan hakeudu päihdepalvelujen asiakkaaksi.

Tässä luvussa käydään läpi ikäryhmittäin, millä tavalla ehkäisevä päihdetyö toteutuu kunnan eri yksiköissä ja järjestöissä sekä mitä toimenpiteitä ja toimintatapoja on käytössä. Vaikka ehkäisevä työ usein kohdistuu lapsiin ja nuoriin, korkeimman tarpeen ja vaikuttavuuden takia, ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaiken ikäisille ja kaikilla on oikeus tulla kuulluksi. Kaikilla kuntalaisilla on oikeus mahdollisuuteen edistää ja vahvistaa omaa mielenterveyttä ja päihhteettömyyttä.

2.2.1 Lapset ja nuoret

Lapsuudessa ja nuoruudessa luodaan perusta aikuisiän hyvinvoinnille. Panostamalla lapsuuden ja nuoruusiän hyvinvointiin ja suojelemalla lapsia ja nuoria päihhteiden käytöltä, voidaan ehkäistä erilaisten ongelmien syntymistä. [Vahvistamalla suojaavia tekijöitä ja minimoimalla riskitekijöitä](#) voidaan ehkäistä lapsuuden haitallisia kokemuksia ja sen kautta myös vaikuttaa ylisukupolvisiin traumoihin ja ongelmiin.

Neuvola

Äitiysneuvolassa seulotaan jo alkuraskauden vaiheessa molempien vanhempien päihhteiden käyttöä sekä keskustellaan päihhteistä ja päihhteiden käytöstä. Raskaana olevat ohjataan herkästi erikoisairaanhoidon pariin. Ennaltaehkäisevään työhön kuuluu myös terveydenhoitajan tuki, keskusteluapu ja palveluohjaus tarpeen mukaan (lääkärinvastaanotto/päihdetyöntekijä).

Lastenneuvolassa seulontoja tehdään vanhemmille/huoltajille mikäli tarvetta ilmenee sekä keskustellaan ja tarjotaan ohjantaa, tukea ja palveluohjausta.

Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatussuunnitelmaan sisältyy "kestävä elämäntapa" ja "terveelliset tottumukset" sisältöalueina. Nämä aiheet sivuavat myös päihhteitä ja lapsille pyritään pienestä pitäen opettamaan terveellisiä elämäntapoja (riittävä liikunta, lepo, terveellinen ruokavalio, tunne- ja turvataidot), jotka puolestaan tukevat päihhteettömyyttä. Yhteistyötä tehdään mm. neuvolan, kuntoutustyöryhmän ja terapeuttien kanssa, jotta huolta herättävät perheet tunnistettaisiin ja heitä voitaisiin ohjata avun piiriin. Esiopetuksessa oppilashuolto toimii tärkeänä yhteistyökumppanina.

Varhaiskasvatuksessa noudatetaan kunnan yleisiä työsuojelun ohjeita. Käytännössä asiakkaita ohjataan tarvittaessa käyttämään sosiaali- ja terveystyöpalveluja sekä tehdään lastensuojeluilmoituksia, mikäli huoli herää lapsen tai perheen tilanteesta.

Koulu

Koululla on luonnollisesti suuri vaikutus lasten ja nuorten elämään ja päihdetyö sisältyy peruskoulun opetussuunnitelmaan.

Oppilashuollolla on vahva rooli koulussa tehtävässä ehkäisevässä päihdetyössä ja kaikissa Sipoon kouluissa on toimenpideohjelmat, johon päihdesuunnitelma sisältyy, sekä Keudalla oma päihdeettömyyssuunnitelma. Ehkäisevän päihdetyön käytännön menetelminä oppilashuollossa ja oppilaitoksissa on olemassa toimintaohje (liite 1), alakouluissa kylätunteja sekä yläkouluissa ja Enter-talossa päihdevalistusta. Sumppiklubi on Sipoonjoen koulun oma kohdennetun ehkäisevän päihdetyön menetelmä. Lisäksi oppilashuolto jakaa tietoa nuorille ja puheeksiottoa varten aikuisille julisteita ja erilaisia materiaaleja. Oppilashuolto tekee myös tiivistä yhteistyötä koulun ulkopuolisten toimien kanssa, kuten päihdetyön, nuorisopalveluiden, järjestöjen sekä lastensuojelun kanssa. ADHD/ADD pyritään tunnistamaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa, sillä suurella osalla päihteidenkäyttäjistä on ADHD-diagnoosi.

Koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa tavataan lapsia ja nuoria koulun aloituksesta aina 18–20-vuotiaisiin saakka. THL:n ohjeiden mukaan oppilaat tulee tavata joka lukuvuosi. Armeijan kutsuntojen ennakkoterveystarkastukset hoidetaan myös koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa. Sipoon kunnan liikunta- ja nuorisopalvelut tarjoavat ”Intti kuntoon”-ohjelmaa (katso liite 2.) vapaaehtoisena matalan kynnyksen ehkäisevänä palveluna ennakkotarkastuksen yhteydessä. Laajoissa terveystarkastuksissa 1. lk., 5. lk. ja 8. lk. oppilailla on myös koululääkärin tapaaminen ja laajoihin terveystarkastuksiin pyydetään mukaan myös huoltajat, mutta myös määräaikaistarkastuksiin huoltajalla on mahdollisuus halutessaan osallistua. 5.-6. lk. oppilaille ja sitä vanhemmille oppilaille esitetään esimerkiksi kysymyksiä siitä, mitä ajatuksia päihteiden käyttö herättää, mikäli heillä on huolta jonkun läheisen tai kaverin päihteiden käytöstä sekä mikäli oppilaalle on tarjottu tupakkatuotteita, alkoholia tai energijuomia. Keskustelua päihteidenkäytöstä tehdään ikään ja kypsyystasoon sopien ja tarvittaessa ollaan myös huoltajiin yhteydessä.

Nuori ei aina itse käytä päihteitä, mutta suhtautuminen päihteisiin voi olla myönteinen tai ihaileva. Keskustelua käydään myös mielialasta, jaksamisesta ja oppimiseen liittyvistä asioista. 8. lk. laajassa terveystarkastuksessa, 2. asteen oppilaitoksen 1. vuoden terveystarkastuksessa ja kutsuntojen ennakkoterveystarkastuksessa, kaikilta kartoitetaan päihteiden käyttöä, nuorille suunnattujen kyselylomakkeiden avulla. Sipoon kunnassa koulu- ja opiskeluterveys on muokannut nuorten kanssa työtä tekevän verkoston kanssa Sipoon malliksi ADSUME-vuokaavion (katso liite 3.) huolen ja jatkotoimenpiteiden tueksi.

Koulu- ja opiskeluterveyshuolto käyttää laajojen terveystarkastusten tukena THL:n terveystarkastuslomakkeita, joissa on sekä oppilaalle että huoltajalle omat lomakkeet. Lomakkeen kysymykset ovat perheiden hyvinvointia kartoittavia. Ehkäisevän päihdetyön kannalta on tärkeää tunnistaa perheen voimavarat ja tuen tarve ja ohjata tarpeen mukaan ajoissa oikeanlaisen tuen piiriin. Lasten harrastukset/vapaa-ajan vietto, kaverisuhteet, suhde vanhempiin/huoltajiin ja arjen rytmi antavat jo paljon viitteitä mitä lapselle/nuorelle kuuluu.

Sipoossa koulutoimi tukee [Raide ry:n](#) toimintaa ja koulut saavat siten hyödyntää yhdistyksen palveluita. Raide ry on opetusministeriön hyväksymä valtakunnallinen nuorisotyötä tekevä järjestö. Pääasiallinen työmuoto on koulujen kanssa yhteistyössä toteutettava ehkäisevä päihdetyö, Päihdeparkki. Kohderyhmänä on 5–9 -luokkalaiset. Kouluvierailut toteutetaan molemmilla kotimaisilla kielillä. Päihdeparkki on räätälöitynä ryhmän mukaan.

Huoltajat

Huoltajien rooli nuoren päihdekasvattajana on suuri ja he myös vastaavat ensikädessä oman nuoren hyvinvoinnista. Huoltajien tukeminen nuoren päihhteettömyydessä on tärkeää ehkäisevää päihdetyötä. Opiskelu- ja kouluterveydenhuollossa on tulevien 7. lk. oppilaiden terveystarkastuksissa huoltajille aiemmin jaettu "[Kissa pöydälle – puhu alkoholista nuoren kanssa](#)"-esite. Tällä hetkellä esite on saatavilla ainoastaan nettiversiona.

Positiivinen ja kannustava palaute päihhteettömyydestä on tärkeää, mutta myös silloin, kun nuori on vähentänyt esimerkiksi tupakkatuotteiden käyttöä tai edes miettinyt lopettamista. Askel parempaan suuntaan on aina kannustamisen paikka. Päihhteiden käytön suhteen on myös tärkeää keskustella siitä, miksi käyttää ja mitä koettuja hyötyjä ja haittoja se tuo omaan elämään. Tämä pätee sekä kotona että koulussa.

Vanhempainyhdistyksien olemassa oleminen on itsessään vaikuttavaa ehkäisevää päihdetyötä, joka osoittaa nuorille, että turvallisia ja välittäviä huoltajia, jotka myös tietävät koulumaailman tapahtumista, on olemassa. Vanhempainyhdistykset jakavat myös stipendejä, erinäisistä syistä, itsensä ylittäville nuorille koulussa.

Vanhemmille suunnattua tukea ja neuvontaa toteutetaan vanhempainiltojen muodossa. Nuorilla on mahdollisuus yhteydenottoon ja neuvontaan myös kouluvierailun jälkeen. Raide ry:n nuorisotyöntekijöiltä voi myös varata ajan henkilökohtaiseen keskusteluun omalla paikkakunnalla vierailupäivien aikana. Koulutetuilla nuorisotyöntekijöillä on ajantasainen kohderyhmän ilmiöiden tuntemus.

Nuorisotyö

Kunnan nuorisotyössä, nuorisopalveluissa, lähtökohtaisesti kaikki toiminta ja palvelu on ehkäisevää päihdetyötä. Käytännön tasolla nämä koostuvat esim. nuorisotiloilla tapahtuvasta toiminnasta, siihen liittyvästä tuesta ja kasvatuksesta sekä nuorten yhteisöllisyyden ja osallisuuden luomisesta, erilaisista leireistä ja tapahtumista, erityisnuorisotyöstä sekä etsivästä nuorisotyöstä. Erityisen tärkeää on tarjota nuorille merkityksellisiä ja päihhteettömyyttä tukevia vapaa-ajan toimintoja, jotka on suunniteltu nuorten ehdoilla ja heidän toiveitansa huomioiden.

Nuorisopalveluiden ehkäisevässä päihdetyössä panostetaan esim. nuorten ryhmäyttämiseen, kiusaamisen ehkäisemiseen, ryhmätaitojen sekä tunne- ja empatiataitojen opettamiseen ja tukemiseen. Tämän lisäksi nuorisopalvelut tarjoavat yksilöllistä tukea ja apua kaikille kunnan nuorille. Tärkeää on, että nuorilla on tieto siitä, että ympärillä on olemassa turvallisia, nuorten asioista kiinnostuneita ja kuuntelevia aikuisia. Nuorisopalveluissa tehdään moniammatillista yhteistyötä esimerkiksi koulujen, seurakunnan, poliisin, eri järjestöjen, lastensuojelun, oppilashuollon sekä liikunta- ja vammaispalveluiden kanssa. Nuorisopalvelut toteuttavat myös katupartiointia, joka perustuu läsnä olemiseen turvallisina aikuisina kentällä, jossa nuoret liikkuvat. Saapas-toimintaa toteutetaan yhteistyössä seurakunnan kanssa. Saapas-toiminta on alkanut Sipoossa vuoden 2021 alussa. Tähän asti Saapas-toiminta on koettu erityisen hyväksi toiminnaksi ja palaute on ollut hyvää. Nuorisopalvelut järjestävät myös poikien- ja tyttöjeniltoja nuorisotiloilla sukupuolisensitiivisenä ja kohdennettuna työnä. Tjejevillan pitää kerran viikossa kerhoa kunnan nuorisopalveluiden toimistossa. Tjejevillan-toiminta on ruotsiksi toimiva turvallinen paikka tytöille, johon voi aina tulla omana itsenään.

Seurakunta toteuttaa arjen tasolla ehkäisevää päihdetyötä rippileirien yhteydessä ja muussa seurakunnan nuorisotoiminnassa.

Liikunta

Liikuntapalveluissa kaikki toiminta on lähtökohtaisesti ehkäisevää päihdetyötä. Sipoossa [Hobari-toiminta](#) on ollut konkreettinen ja todistetusti myös tehokas ehkäisevän päihdetyön menetelmä. Hobari-toiminta on opetusministeriön käynnistämä Harrastustoiminnan Suomen malli, jonka avulla halutaan mahdollistaa jokaiselle lapselle harrastus. Sipoon kunta on tällä hetkellä mukana mallin pilottivaiheessa ja toimintaa on jokaisessa Sipoon kunnan peruskoulussa. Hobari-mallissa harrastustoimintaa järjestetään koulupäivien yhteydessä koulun tiloissa koulupäivän jälkeen. Toiminta on maksutonta ja avointa kaikille peruskouluikäisille ja harrastuksia tarjotaan monipuolisesti liikunnasta taiteisiin ja kokkauksesta koodaukseen.

Päihdetyö

Kunnallisessa päihdetyössä alaikäisten nuorten kanssa tehdään ehkäisevää päihdetyötä esim. haittojen esilletuontia ja valistustyötä/tiedon jakoa, vaikka työ on pääasiassa korjaavaa sairaanhoidollista työtä. Päihdetyöntekijä tekee myös kouluvierailuja. Päihdetyöntekijältä lapsi tai nuori voi saada lähetteen [Nuovo](#) -terapiapalveluun.

Sosiaalityö

Lapsiperheiden sosiaalityössä käynnistetään palvelutarpeen arvio, kun tieto nuoren tai lapsen päihteiden käytöstä saadaan. Palvelutarpeen arvio tehdään yhteistyössä nuoren ja perheen kanssa ja yhdessä mietitään ja suunnitellaan tukitoimia. Lapsiperheiden sosiaalityö tekee yhteistyötä mm. kunnan päihdetyöntekijän, Nuovon-terapiapalvelun, kokemusasiantuntijoiden ja poliisin kanssa. Tarvittaessa konsultoidaan päihde- ja mielenterveystiimiä. Sosiaalityöstä voidaan myös ohjata päihdearvioon tai poliisin puhutteluun. Nuoren kanssa keskustellaan päihteistä ja niiden haittavaikutuksesta. Vanhemmille voidaan tarjota tukea esimerkiksi rajojen asettamiseen, jos perheen omat keinot eivät riitä.

Maahanmuuttajapalvelut tarjoavat Sipoossa jälkihuoltoa alaikäisenä ilman huoltajaa saapuneille turvapaikanhakijoille.

Poliisi

Poliisin ennalta estävä toiminta, tekee moninaista käytännön ehkäisevää päihdetyötä. [Ankkuri-toiminta](#) on tärkeässä roolissa tässä työssä. Ankkuri -toiminnan tavoitteet pohjautuvat varhaiseen välittämiseen ja ennalta ehkäisyyn. Ankkuri-toiminnan kohteena ovat alle 15-vuotiaat ja tapauskohtaisen harkinnan mukaan 15–17-vuotiaat nuoret. Toimintaan ohjautumisen syitä voivat olla esimerkiksi rikosepäily, päihteiden käyttö ja hyvinvointiin liittyvät ongelmat tai muu huoli. Nuori ohjautuu Ankkuri -toimintaan esimerkiksi poliisin, sosiaalitoimen, nuorisotoimen, koulutoimen, huoltajan tai muiden yhteistyötahojen kautta. Tavoitteena on lasten ja nuorten rikoskierteen katkaiseminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Ankkuri -toiminnan avulla voidaan ehkäistä syrjäytymistä ja katkaista nuoren rikoskierre jo varhaisessa vaiheessa. Käytännössä tarkoitus on puuttua ennen kuin rikoskierrettä ehtii syntyä.

Sipoon kunnassa Ankkuriin ohjautuu pääsääntöisesti sellaisia alle 15-vuotiaita nuoria, jotka eivät ole vielä rikosoikeudellisesti vastuussa ikänsä puolesta. Ankkuriin ohjautumisen syynä voi olla esimerkiksi huoli nuoren päihteiden käytöstä (mm. alkoholi, huumeet).

Poliisi ja etenkin poliisin ennalta estävä toiminta tekee erilaisia vierailuja, luennoiteja, konsultoi, kouluttaa, auttaa ja ohjeistaa eri toimijoita ja yhteistyötahoja. Yhteydenottojen ja tapaamisten aiheet voivat liittyä, myös päihteisiin.

Poliisin tehtäviin kuuluvat myös käyttörikospuhutukset. Ensikertalainen huumausaineen käyttörikokseen syylistynyt alle 18-vuotias nuori tulee puhutettavaksi. Puhutuksessa nuorelle annetaan huomautus ja ohjataan hoitoon. Puhutukseen osallistuu Itä-Uudenmaan poliisilaitoksen ennalta estävän toiminnan vanhempi konstaapeli ja lisäksi poliisilaitoksen sosiaaliohjaaja.

Valvontaviranomaiset

Ympäristöterveydenhuollon tupakointikieltojen valvonta tukee ehkäisevää päihdetyötä myös kouluissa. Esimerkiksi tupakointikiellon noudattaminen esi- tai perusopetusta, ammatillista koulutusta tai lukio-opetusta antavissa oppilaitoksissa sekä päiväkodeissa tarkastetaan toimipaikkoihin tehtävien terveysuojelulain mukaisten tarkastusten yhteydessä. Tarkastusten tavoitteena on tukea koulujen ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Tupakkatuotteiden varastointi- ja myyntipaikkoja tarkastetaan säännöllisesti elintarvikevalvonnan tarkastusten yhteydessä. Tarkastusten yhteydessä pyritään lisäksi selvittämään, mikäli kohteessa myydään lainvastaisesti nuuskaa. Erityisesti pyritään tarkastamaan pääasiassa alle 18-vuotiaille oppilaille tarkoitettujen oppilaitosten, harrastus- ja kerhotojen ja muiden alle 18-vuotiaiden suosimien paikkojen läheisyydessä sijaitsevat tupakkatuotteiden ja tupakointivälineiden myyntipaikat.

Tupakkatuotteita ja nikotiininesteitä ei ole mahdollista myydä sellaisessa paikassa, joka sijaitsee:

- päiväkodin tai perhepäivähoidon sisätilassa taikka päiväkodin ulkoalueella
- lastensuojelulain tai mielenterveyslain nojalla hoitoa antavan laitoksen alle 18-vuotiaille tarkoitettussa sisätilassa tai heille tarkoitettulla ulkoalueella
- perusopetusta, ammatillista koulutusta tai lukio-opetusta antavan oppilaitoksen sisätilassa tai oppilasasuntolassa taikka tällaisen oppilaitoksen käytössä olevalla ulkoalueella.

2.2.2 Työikäiset

Ympäristöterveydenhuollon piiriin kuuluvat tupakan ja tupakkatuotteiden myynnin valvonta ja tupakointikieltojen valvonta. Tämä osaltaan rajoittaa tupakkatuotteiden saatavuutta ja on itsessään ehkäisevää päihdetyötä. Tupakkatuotteita saa myydä tai muutoin luovuttaa vain sijaintikunnan myöntämällä vähittäismyynti- ja tukkumyyntiluvalla. Myyntilupahakemuksen käsittelyn yhteydessä tarkistetaan, että myyntipaikka täyttää lainsäädännön vaatimukset.

Tupakan ja nikotiininesteiden vähittäismyyntilupahakemusten käsittelyn ja säännöllisten valvontakäyntien yhteydessä tarkistetaan, että toiminnalle on laadittu omavalvontasuunnitelma. Suunnitelma on edellytys myyntiluvan myöntämiselle ja siinä on esitettävä mm. se, miten estetään tupakan, nikotiininesteen tai tupakointivälineen luovuttaminen alle 18-vuotiaalle, kuvaukset myyntijärjestelyistä ja ikärajatarkastuksista.

Tupakointi on kielletty myös asuntoyhteisön yhteisissä ja yleisissä sisätiloissa.

Suomessa laskutetaan korkeinta lain sallimaa myyntipistekohtaista valvontamaksua. Tämä edesauttaa sitä, että lupia uusiin myyntipaikkoihin- ja pisteisiin haetaan entistä harkitummin ja myyntipisteiden lukumäärää on monin paikoin vähennetty.

[Valtakunnallisen valvontaohjelman 2020–2024](#) mukaan tupakkavalvonnan painopisteitä ovat omavalvonnan tukeminen ja yhteistyö ehkäisevän päihdetyön kanssa.

Sipoossa kaikilla työpaikoilla/työnantajilla tulee olla olemassa päihdeopas/päihdeohjelma, jossa neuvotaan työntekijää, miten toimia esim., jos herää huoli työkaverin päihteidenkäytöstä tai itsellä on

alkanut oma päihteidenkäyttö mietityttämään. Työterveyslaitoksella on [yleisohjeiden laatimiseen opas](#). Sipoon kunnalla on toimintaohjeet omille työntekijöilleen.

Etätyö altistaa uudella tavalla päihteiden käytölle ja etätyötä tekevien tueksi on olemassa [Päihdehaitaton etätyö - sähköinen tietopaketti](#).

Perusterveydenhuollon palveluissa sekä lakisääteisissä sosiaalihuoltolain mukaisissa palvelutarpeen arvioinneissa otetaan aikuissosiaalityössä jokaisen asiakkaan kanssa puheeksi päihteiden käyttö. [Puheeksiotto](#) ja päihteiden riskikäytön varhainen tunnistaminen on yksi tärkeimmistä keinoista vähentää päihteiden haittoja. On arvioitu, että ainakin joka kymmenes neuvontaa saaneista riskikäyttäjistä tai alkoholia haitallisesti käyttävistä siirtyy lyhytneuvonnan jälkeen kohtuukäyttöön tai lopettaa kokonaan. Mitä varhaisemmin alkoholin riskikäyttöön, tupakkatuotteiden tai huumausaineiden käyttöön tai haitalliseen rahapelaamiseen pystytään puuttumaan, sitä pienemmiksi jäävät vakavien ongelmien ja haittojen riskit.

Kunnallisessa päihdetyössä kartoitetaan pitkälle asiakkaan omaa henkistä hyvinvointia, tulevaisuudenkuvaa ynnä muuta ja tehdään hoidollista seuranta. Tällä hetkellä nuoret aikuiset, joilla on päihdeongelma, ovat päihdetyön näkökulmasta haastavin ryhmä Sipoossa. Jos henkilö on 19 vuotta tai yli, lastensuojelu ei ole enää mukana avun piirissä. Jos henkilö taas on nuorempi, lastensuojelun palvelut tulevat automaattisesti kyseeseen ja yksilö saa automaattisesti tukevampaa apua. Henkilön ollessa 19 vuotta tai yli, palvelut ovat vapaaehtoisia.

Päihde- ja rahapelikysymyksissä vammaiset ihmiset jäävät usein marginaaliin eikä saavutettavia palveluja ole tarpeeksi kaikille. Tietoa päihde- ja rahapelikysymyksistä ei ole Suomessa saatavilla riittävästi eri kommunikaatiomenetelmillä (pistekirjoitus, apuvälineet) tai ymmärrettävästi helpolla kielellä. Päihde- ja peliongelmat kasaantuvat heikommassa asemassa oleville ihmisille yhteiskunnassa. Vammaisille ihmisille päihde- ja peliongelmat merkitsevät moninkertaista riskiä toimintakyvyn menettämiseksi. Kaiken ikäisillä vammaisilla henkilöillä on Sipoossa [tasavertainen oikeus yhdenvertaisiin päihdepalveluihin](#).

Maahanmuuttajapalveluiden asiakkaat saavat Sipoossa sosiaalityön ja -ohjauksen tukea kotoutumisen alkuun. Lisäksi kaiken ikäisille maahanmuuttajille tarjotaan ohjausta ja neuvontaa muissa maahanmuuttoon liittyvissä asioissa. Maahanmuuttajat ovat laaja ja kasvava kohderyhmä, joka saa palvelua myös muilta peruspalveluiden toimijoilta, kuten neuvolalta, päiväkodilta, koululta, terveydenhuollolta, lapsiperheiden sosiaalityöltä, aikuissosiaalityöltä ja ikääntyneiden palveluilta. Tämän lisäksi kunnassa pyritään järjestämään mm. monikulttuurisia tapahtumia osallisuuden lisäämiseksi ja syrjäytymisen vähentämiseksi.

Sipoossa toimiva [Kondis ry](#) tarjoaa päihdekasvatusta kokemusten kautta. Kohderyhmänä Kondis ry:n toiminnassa ovat huumeidenkäyttäjien läheiset, huumeidenkäyttäjät, koulut, oppilaitokset sekä viranomaiset. Kondis ry toimii myös linkkinä läheisten, käyttäjän ja viranomaisten välillä. Kondiksesta saa konkreettisia välineitä elämänhallintaan niin läheisille kuin käyttäjillekin. Tilanteen vaatiessa Kondis auttaa nopeasti ja tehokkaasti etsien läheisille ja käyttäjille nopeimman tavan ja reitin saada itselleen apua, tukea ja hoitoa.

Alla listattuna Kondis ry:n toimintaa:

- Päihdekasvatusta kokemusten kautta
- Vanhempainiltoja (sekä infoa että tukea ja vanhempien välisen vuorovaikutuksen ja suhteiden vahvistamista)
- Kriisipuheluja ja neuvontaa sekä kokonaisvaltaista tukea vanhemmille
- Kokemusasiantuntijuutta
- Matalan kynnyksen tukea ilman lähetettä

Seurakunnan aikuistoiminnassa käsitellään myös itsestään ja muista huolehtimista sekä omaa vastuunkantoa, joka luo arvokasta pohjaa myös päihteitä vastaan.

Työllisyysyksikön työttömien kuntoutustoiminta sekä sosiaalinen kuntoutus ovat kunnassa vaikuttavaa ehkäisevää päihdetyötä. Toiminta ehkäisee tulevia ongelmia sekä korjaa ja tukee yksilöitä ja jo olemassa olevien ongelmien ratkaisemista.

Aikuisneuvolassa tehdään kutsuttuja terveystarkastuksia mm. 40-vuotiaille miehille, 50-vuotiaille naisille, omaishoitajille sekä pitkäaikaistyöttömille. Tarvittaessa annetaan myös henkilökohtaista tukea painonhallintaan sekä tupakoinnin lopettamiseen, sekä mielenterveyttä tukevaa keskusteluapua. Tarjolla on myös painonhallinta-, nikotiinivieroitus-, terveystametsä- sekä terveystuokuntaryhmiä.

Jos jää työttömäksi, Sipoossa voi hakeutua maksuttomaan työttömän terveystarkastukseen terveydenhoitajan vastaanotolle. Terveystarkastuksen tavoitteena on edistää terveydentilaa ja hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä työttömyyden aikana.

2.2.3 Ikäihmiset

Kotihoito ja vammaispalvelut tarjoavat erityistä tukea elämän murros- ja nivelvaiheissa. Usein esimerkiksi eläkkeelle siirtyessä ihminen voi olla aina vapaalla, jolloin herää kysymys siitä, että mitä syitä on olla juomatta, kun työelämä ei aseta vaatimuksia arkeen.

Huomionarvoista on esimerkiksi se, että myös vanhusten alkoholinkäytön asenteet vaikuttavat nuorten alkoholinkäytön asenteisiin. Esimerkiksi nuorten vieraillessa isovanhempiensa luona.

Sipoon päihdepalveluissa, iäkkäiden kohdalla, ennaltaehkäisevän työn rakenteita rakennetaan jo valmiiksi eläkettä varten. Jos henkilön ei tarvitse mennä enää töihin, runsaampi juominen voi astua helposti mukaan elämään. Juuri nivelvaiheen tuki eläkkeelle jäädessä on tärkeää ennaltaehkäisevässä tarkoituksessa. Kotihoidossa tarve ehkäisevän päihdetyön osaamiselle on suurta.

Träskbergalla ja Widegårdissa järjestetään senioreille avoimia ja maksuttomia palvelupäiviä (Hyvinvointipäivät), kaksikielisellä ohjelmalla kerran kuukaudessa syksyisin.

Ehkäisevä päihdetyö on...



Lähde: EHYT ry 4

2.3 Sipoon nykyiset mielenterveys- ja päihdepalvelut

Alla on lyhyesti koottuna Sipoon kunnan nykyiset mielenterveys- ja päihdepalvelut ikäryhmittäin. Teksti pohjautuu Sipoon kunnan vastaavan depressiohoitajan ja lasten, nuorten ja perheiden palveluiden palvelupäällikön tekemään *Sipoon Mielenterveys- ja päihdepalveluiden Nykytilakartukseen* (30.3.2021).

Kartoitus perustuu päihde- ja mielenterveystyön työryhmän henkilökunnan ajatuksiin ja tilastoihin sekä valtakunnallisiin suosituksiin.

2.3.1 Lapset ja nuoret

Sipoon Mielenterveys- ja päihdepalveluiden Nykytilakartoituksen (30.3.2021) mukaan lapsille ja nuorille merkittävänä palveluna toimii oppilashuolto, joka Sipoon kunnassa koetaan riittävänä. Sipoon 19 koulussa toimii yhteensä 5 kuraattoria ja 5 psykologia. Kouluterveyskyselyn tuloksista päätellen on mahdollista, että tulevaisuudessa on kasvava tarve sekä oppilashuollolle että kouluterveyshuollolle. Kouluterveyshuollon resurssit koetaan koronatilanteen ulkopuolella riittäviksi (7.5 kouluterveydenhoitajaa/19 koulua). Terveystarkastukset tehdään kaikille oppilaille vuosittain ja ne toimivat tärkeänä seulana ongelmien havaitsemiselle. Vuonna 2020 ja 2021 terveydenhoitajien resursseja on tarvittu koronatyöhön, jolloin eteenpäin ohjaus muihin palveluihin korostuu.

Vuodesta 2020 lähtien kunnalla on ollut myös käytettävissään täydentävä ostopalvelu, Nuovo-terapiapalvelut. Nuovo on matalan kynnyksen palvelu, jonka asiakkaaksi pääsee, kun saa lähetteen koulusta (esim. kuraattorilta), sosiaalipalveluista tai terveydenhuollosta. Lähetteitä Nuovolle oli Sipoon kunnalta 81 kpl vuonna 2020 ja 38 kpl vuonna 2021. Vuonna 2021 palvelu laajeni ulottuen ammatillisissa oppilaitoksissa opiskeleviin, alle 25-vuotiaisiin nuoriin.

Lapsille, nuorille ja perheille on myös luonnollisesti tarjolla lakisääteisiä peruspalveluita, erikoissairaanhoidon ja perheneuvontaa. Erikoissairaanhoidon päihdepalveluissa on pahasti ruuhkaantunut. Henkilöstöresurssin lisääminen mahdollistaisi palvelun saamisen matalalla kynnyksellä. Perheneuvonnan tiimissä toimii Sipoossa kaksi psykologia ja yksi sosiaalityöntekijä.

2.3.2 Työikäiset

Työikäisten osalta palvelujen kysyntä on suurempi kuin tarjonta, mutta mielenterveys- ja päihdepalveluihin pääsy Sipoossa on kuitenkin helpompaa kuin esimerkiksi isommissa naapurikunnissa. Uudet asiakasryhmät sekä olemassa olevien asiakasryhmien ongelmien vaikeutuminen pandemian myötä (mm. ahdistusproblematiikka ja alkoholi-ongelmat) ovat lisänneet jonoja vuosina 2020 ja -21. Jonotusaika on n. 3–5 viikkoa.

Työikäisten mielenterveys- ja päihdepalveluiden asiakastapaamisten määrää ja frekvenssiä asiakasta kohden on jouduttu rajaamaan (tavoitteena enintään 10 käyntiä). Palveluita on strukturoitu tavoitteelliseksi ja omatoimijuutta korostavaksi malliksi, jonka yhteydessä ohjataan tarvittaessa tukevampien tai muiden palveluiden piiriin. Myös nettiterapiaan panostetaan ja sen käytöstä pyritään tekemään mahdollisimman aktiivista.

Alla on listattuna esimerkkejä Sipoon kunnassa olemassa olevista työikäisten mielenterveys- ja päihdekuntoutujien avopalveluista.

- Päihde- ja mielenterveystiimin moniammatillinen arvio (depressiohoitaja, päihdetyöntekijä, lääkäri)
- Päihdekuntoutusjaksot, jatkohoidot päihdetyöntekijällä/ostopalvelussa
- Mielenterveyskuntoutujan jatkohoito depressiohoitajalla
- Hoito painottuu voinnin ja lääkityksen harvafrekvenssiseen seurantaan (ehtona stabiili vointi)
- Päihdekuntoutusryhmät ja liikuntaryhmät
- Yhteistyö aikuissosiaalityön kanssa, josta tarvittaessa lisäinterventioita, esim. asumispalvelut, tukihenkilöpalvelut, sosiaalityöntekijän tapaamiset ja ohjaus, sosiaalinen kuntoutus/ kuntouttava työtoiminta
- Aikuisneuvolan terveydenhoitajien tuki kuntoutumisessa sekä työllistymisessä ja elämäntapa-asioissa

2.3.3 Ikäihmiset

Senioreiden mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat sijoitettu muihin palveluihin, esimerkiksi kotihoitoon ja palveluohjausryhmään, johon kuuluvat sosiaalityöntekijä, toimintaterapeutti ja terveydenhoitaja sekä omaishoidon koordinaattori. Tässä yhteydessä erityisen tärkeää on ikäihmisen kokonaisvaltainen kohtaaminen, jossa tarpeet palveluille voidaan havaita. Ikäihmiset ohjataan tarpeiden mukaan mielenterveys- ja päihdeasioissa jatkohoitoon työikäisten palveluihin (depressiohoitaja, päihdetyöntekijä ja lääkäri).

3 Ehkäisevän päihdetyön strategiset tavoitteet ja tulevat toimenpiteet Sipoossa

Tässä luvussa käsitellään Sipoon tulevia käytännön toimenpiteitä ja strategisia tavoitteita ehkäisevän päihdetyön osalta. Tavoitteisiin on listattu käytännön palveluita, menetelmiä ja tapahtumia, jotka tukevat kunnassa tehtävää käytännön tason ehkäisevää päihdetyötä. Mielenterveys- ja päihdepalveluissa tarve on suurempi kuin tarjonta. Laadukkaalla ehkäisevällä päihdetyöllä tulevaan tarpeeseen voi vaikuttaa.

Pelkästään yksittäisillä ”tempauksilla” tai ”täsmäiskuilla” laadukas ja vaikuttava ehkäisevä päihdetyö ei toteudu, vaan suuremman merkityksen tekee jokainen kuntalainen ja kunnan työntekijä arkisessa työssään, olemuksessaan ja asenteissaan toisiaan, päihteitä ja nuoria kohtaan.

Vakiinnuttamalla erilaisia ehkäisevän päihdetyön toimivaksi todistettuja menetelmiä, vaikutetaan yhdessä kunnan hyvinvointiin, kulttuuriin sekä kuntalaisten asenteisiin ja täten tehdään toimivaa ehkäisevää päihdetyötä, luomalla yhteisöllisempää ja paremmin voivaa Sipoota.



Sipoon kunnan ammattilaisten ajatuksia liittyen ehkäisevään päihdetyöhön omassa kunnassa.

3.1 Lapset ja nuoret

Yhteistyö ja varhainen puuttuminen huoltajien, oppilashuollon ja koulun henkilökunnan kesken on ensisijaista lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi. Myös nuoris-, liikunta- ja muiden harrastuspalveluiden tarjonnan helppo saatavuus auttaa perheiden sekä lasten ja nuorten ohjaamisessa merkitykselliseen vapaa-ajan toimintaan.

Koulu

Hyvinvointiin liittyvät teemapäivät kouluissa tukevat yhteisöllisyyttä ja sitä kautta hyvinvointia. Perinteiset varoittavat valistukset tehoavat osaan lapsista ja nuorista, mutta eivät välttämättä juuri riskissä oleviin, joten teemapäiviin (yhdistettynä tiedonjakoon) tullaan panostamaan tulevaisuudessa.

Kolmivuotinen projekti, [Gutsy Go Hub](#), on alkanut Sipoossa syksyllä 2021, ensimmäisenä laatuaan Suomessa. Gutsy Go Hub nostaa kolme Sipoon koulua valtakunnallisesti etulinjaan nuorten osallisuuden vahvistajina. Kolmivuotisessa Gutsy Go Hub:issa nuoret ratkovat kuntalaisten arjen kriisejä osana koko lukuvuoden opetusta. Syksyllä 2021. Gutsy Go Hub -hanke jatkaa jo olemassa olevaa yhteistyötä Sipoon kunnan kanssa ehkäistäkseen nuorten syrjäytymistä ja polarisaatiota yhteisömenetelmän avulla.

Uutta on, että kaksikielisessä Hub:issa menetelmä viedään pitkäkestoisesti osaksi koulun rakennetta ja opetusta niin, että sen tavoitteet toteutuvat projektiviikkojen lisäksi koulun arjessa läpi lukuvuoden. Gutsy Go -tekoja ja -teeman mukaisia tilaisuuksia järjestetään kuukausittain kaikissa mukana olevissa kouluissa.

Opetus- ja nuorisotoimen lisäksi yhteistyössä ovat keskeisesti mukana kunnan sosiaali- ja terveystoimet sekä kunnanjohtaja, joka näkee nuorten osallisuuden keskeisenä koko kunnan hyvinvoinnin kannalta. Gutsy Go Hub:in kautta saadaan lisää näyttöä yhteisöllisen menetelmän vaikuttavuudesta nuorten osallisuuteen ja positiiviseen mielenterveyteen. Matalalla osallisuuden kokemuksella on yhteys sekä kiusaamiseen, että kiusatuksi tulemiseen.

Oppilashuollossa toivotaan huoltajille ja muille aikuisille uutiskirjeitä kunnan tai koulutoimen puolelta (esim. Wilman kautta), jossa kerrotaan mm. ajankohtaisista päihdeasioista -riippuvuuksista, suhtautumisesta ja ymmärtämisestä, jotta saataisiin tieto kulkemaan huoltajille mahdollisimman hyvin. Samaa uutiskirjettä voisi hyödyntää esim. terveyteen ja arkeen liittyvien tai puheeksioton vinkkien jakamiseen (esim. miten kehua nuorta tai miten ottaa puheeksi päihde tai liikapelaaminen).

Nuorisopalvelut

Nuorisopalvelut ja ehkäisevän päihdetyön koordinaattori valmistavat koulutoimen kanssa yhteistyössä ehkäisevän päihdetyön vuosikellon. Vuosikelloon kirjataan selkeästi mitä ja milloin tietyissä kouluissa toteutetaan sekä minkälaiset resurssit on käytettävissä kouluissa tehtävään työhön. Suunnitelmallisuus ja pitkäjänteisyys on koulutoimen osalta ensisijaisen tärkeää, koska kouluissa ohjelma on määrittely valmiiksi etukäteen ja tämä tukee toiminnan vakiinnuttamista peruskouluihin.

Päihdeoppitunteja (sekä hyvinvointiin, kiusaamiseen ja tunnetaitoihin liittyviä oppitunteja) tullaan järjestämään sekä ylä- että alakouluille, ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin ja nuorisopalveluiden toimesta ulkopuolisia yhteistyökumppaneita hyödyntäen. Tunnetaidot, tunteiden ymmärrys ja empatiataidot estävät koulukiusaamista ja opettavat puhumaan tunteista mikä lisää yhteisöllisyyttä ja toimii ennalta ehkäisevänä päihdetyönä. Nuoris-, perhetuki- ja tiedotusyhdistys Raide ry tekee Sipoon kunnan kanssa yhteistyötä ja tulevaisuudessa yhdistyksen tarjoamia palveluja tullaan hyödyntämään laajemmin.

Tuoreimman kouluterveyskyselyn perustella, tyttöjen kanssa tehtävälle kohdennetulle työlle on entistä suurempi tarve. Tämän perusteella nuorisopalvelut sitoutuu kehittämään palvelutarjontaansa tytöille. Tyttö-ryhmiä tullaan järjestämään sekä Nikkilässä että Söderkullassa ja nuorisotilojen ”tyttöjen iltoja” tullaan järjestämään useammin. Tämän lisäksi resursseja käytetään uusien ja toimivaksi todettujen menetelmien käyttöön ottamiseksi.

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori ja nuorisotyön ammattilaiset järjestävät yhteistyössä alan järjestöjen kanssa vastaisuudessa päihdeoppitunteja ja infotilaisuuksia yläkoululuokille, keskittyen varsinkin joustavan perusopetuksen luokkiin sekä muihin pienluokkiin ja 7-luokkalaisiin. Oppituntien yhteydessä on tärkeää nostaa esille päihderiippuvuus, sekä mitä se käytännössä on, jotta nuoret ymmärtäisi miten päihderiippuvuus syntyy ja että se on sairaus.

Sen lisäksi nuorisopalvelut tulevat järjestämään päihdeisiin ja sipoolaisnuorten ajankohtaisiin ilmiöihin sekä puheeksioton tueksi, liittyviä seminaareja vanhemmille vähintään kerran lukuvuodessa. Valtakunnallisen ehkäisevän päihdetyön viikko, sekä muut teemapäivät ovat nuorisotyöllä hyödynnettävissä tapahtumia ja tiedonjakoa varten, esim. Hyvinvointi virtaa-tapahtuma Keudassa.

Ehkäisevään päihdetyöhön liittyvää koulutusta ja tietoa tullaan järjestää myös nuoriso-ohjaajille, opettajille ja koulun henkilökunnalle laajentaakseen heidän ammatillista osaamistansa, tuodakseen uusia toimintatapoja käytäntöön ja sisällyttääkseen entistä tehokkaammin ehkäisevä päihdetyö, materiaalien ja tiedon jakoa nuorille arkiseen toimintaan. Nuorisopalveluiden markkinointiin tullaan panostamaan entistä enemmän, jotta nuoret osaisivat hyödyntää palveluita mahdollisimman hyvin. Markkinointityöhön on tärkeä hyödyntää yhteistyöverkostoja ja kunnan muita yksiköitä.

Käytännön vinkkejä löytyy tämän suunnitelman viimeisestä luvusta (katso 5.1).

Poliisi

Aikaisempaa tiiviimpi yhteistyö koulutoimen ja poliisin välillä on tarpeen. Runsaammat poliisien käynnit kouluissa ja tietoiskut mopoilusta, päihtyneenä ajamisesta ym. riskiliikennekäyttäytymisestä ja niiden seurauksista toimii hyvänä muistutuksena nuorille.

Päihdetyö

Kunnan päihdetyöhön toivotaan resursseja, jonka kautta toivotaan nopeampaa pääsyä päihde- ja mielenterveyspalveluihin. Kuten luvussa 2.2.2 mainitaan, tällä hetkellä asiakkaat joutuvat odottamaan.

Helposti saatavilla olevat nuorten matalan kynnyksen mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat avainasemassa erityisesti nyt kun nähdään koronapandemian jättämät jäljet nuoriin ja etenkin tyttöihin (katso luku 2.2.1). Koulun henkilökunnan tulee myös muistaa tuoda esille nuorisopalveluiden tarjoamat palvelut, jotka ovat kunnallisia matalan kynnyksen palveluita parhaimmillaan.

Liikunta

Suosittua Sipoossa on ollut ”höntsäliikunta”, joten tätä on hyvä kehittää tulevaisuudessa. Lisäksi perheliikunnan tarjonta jo neuvolaikäisille lapsille tukisi huoltajia. Liikuntapalveluiden järjestämä Hobari-toiminta pyrkii tarjoamaan jokaiselle sipoolaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuuden harrastaa. Toiminnassa otetaan huomioon myös erityisryhmät ja tarjotaan toimintaa, joka soveltuu myös mm. liikuntarajoitteisille.

Liikuntapalvelut ja nuorisopalvelut tulevat yhteistyössä alan järjestöjen kanssa järjestämään kasvatuksellista/ehkäisevän päihdetyön toteuttamisen koulutusta, lasten ja nuorten kanssa toimiville ohjaajille/valmentajille kerran vuodessa. Tämä tulee olemaan edellytys ohjatun toiminnan avustuksen saamiselle.

Kokemusasiantuntijat

Kondis ry:llä on kokemusasiantuntijoita, joita voi hyödyntää kouluissa. He voivat puhua mm. kannabiksen vaaroista. Jotkut nuoret saattavat uskoa, että kannabis on harmiton huume. Kondis ry auttaa myös käyttäjien läheisiä, jotka tarvitsevat apua. Usein läheiset eivät ole tietoisia siitä, että hekin ovat lain mukaan oikeutettuja apuun ja tukeen.

Kokemusasiantuntijoita on kuntalaisille käytössä, mutta nuori huumeidenkäyttäjä-kokemusasiantuntija olisi ehdottomasti hyödyllinen lisä.

Valvontaviranomaiset

Viranomaisen ei voi tehdä koeostoja ja valvoa niiden avulla, myydäänkö tupakkatuotteita alaikäisille. Jos epäillään tupakan myyntiä alaikäiselle (esim. ilmiannot kuntalaisilta), tarkastetaan myyntipaikan omavalvonta ja tarvittaessa välitetään tieto ilmoituksista sekä tarkastustuloksista poliisille.

Kouluterveyskyselyyn tai kunnan koulutoimen omaan hyvinvointikyselyyn olisi hyvä, lisätä kysymys tupakan ostomahdollisuuksista, jolloin valvontaa voitaisiin kohdentaa kyselytulosten perusteella. Saman kaltaiset kysymykset huumeisiin ja alkoholiin liittyen ovat yhtä tärkeitä. Näin voisi selvittää mistä nuoret saavat päihteitä (esim. kaupasta, vanhemmilta, muulta aikuiselta, somesta, ystävilta)

3.2 Työikäiset

Työikäisille tullaan jakaa tietoa päihteidenkäytöstä ja hyvinvoinnista. Tavoitteena on suunnata entistä enemmän ja paremmin kohdennettua tietoa työikäisille sekä vanhemmuustaidoista sekä nuorten ajankohtaisista päihdeilmiöistä kertovia tietopaketteja huoltajille.

Työpaikkojen omavalvonnassa tulee miettiä päihdekysymyksiä, tukea ja oikeuksia. Esim. onko tupakoiville olemassa omavalvonnassa määrättyä paikkaa.

Yhteisöllisyys ja turvallisuus on tärkeää työikäisille kuntalaisille ja avoimia sekä viihtyisiä kohtaamispaikkoja kunnan sisällä tulee kehittää. Tärkeää on luoda turvallinen ja viihtyisä ympäristö, rakentamalla mukavia oleskelupaikkoja, lisätä katuvalaistusta ja minimoida esim. pimeitä, hylättyjä rakennuksia. Työikäisten keskuudessa varsinkin erityisen tuen tarpeessa olevat henkilöt tullee huomioida.

A-klinikkasäätiön arviointi- ja laatutiimi keräsi vuonna 2020 sosiaali- ja terveyspalveluiden työntekijöiltä tietoa päihdetyön osaamisen ja yhteistyön kehittämistarpeista. Vammaispalveluiden työntekijät toivat esille, että vammaisten henkilöiden on ajoittain vaikea päästä päihdepalveluiden piiriin. Ongelmana nähtiin erityisesti tilojen esteellisyys sekä asenteellisuus vammaisten henkilöiden päihdeongelmaa kohtaan. Työntekijät kokivat, että tuen saaminen on vaikeaa ja ongelmaa jopa vähätellään. Erityisesti kehitysvammaisten henkilöiden pääseminen palveluiden piiriin koettiin haastavaksi. Työntekijät toivoivat, että kehitysvammaisen asiakkaan riippuvuus tunnistettaisiin ja hänet kohdattaisiin samalla lailla kuin muut päihdeongelmasta kärsivät. Vammais- ja päihdealan järjestöjen toiminnassa on noussut esiin samankaltaisia havaintoja. Tilojen esteellisyyden lisäksi päihdepalveluissa saatetaan kokea, ettei työntekijöillä ole tarpeeksi osaamista esimerkiksi kehitysvammaisen asiakkaan kohtaamiseen.

Vammaisen ihmisen kohdalla [ajatellaan liian usein, että päihteiden käyttö johtuu vammasta](#), vaikka taustalla on usein jotain muuta, esimerkiksi krooninen kipu, jonka puutteellista hoitoa ihminen alkaa lääkittää omatoimisesti alkoholilla. Torjutuksi tulemisen kokemukset taas vaikuttavat vammaisen henkilön halukkuuteen hakeutua palveluun. Näin vammaisten henkilöiden päihdeongelmat jäävät näkymättömiin. Palveluiden saavutettavuus myös tälle kohderyhmälle, vaatii erityistä huomiota myös Sipoossa.

Kaiken ikäisillä vammaisilla henkilöillä on usein kiusatuksi, torjutuksi ja ulossuljetuksi tulemisen kokemuksia yhteiskunnassa ja erilaisissa lähiyhteisöissä. Vammaisilla henkilöillä on myös isoja haasteita työllistyä. Nämä ovat merkittäviä riskitekijöitä myös päihde- ja pelihaitoille. Ulossuljetuksi tuleminen on epämiellyttävä ja jopa kivulias kokea. Ulossulkemiselle ja torjunnan ilmiölle on olemassa myös sana: ostrakismi. Se voi ilmetä lopulta esimerkiksi niin, että torjutuksi tulleessaan henkilö muuttuu näkymättömäksi. Pitkittyessään ostrakismi voi johtaa syrjäytymiseen, mielenterveys- ja päihdeongelmiin.

Tämän työn tueksi ja kehittämiseksi Sininauhaliito tarjoaa *5 minuutissa esteettömyysosaajaksi* -luennon sekä luentoja vammaisuuden kohtaamisesta. Luennot ovat maksuttomia, ja ne voi tilata Sininauhaliitosta. Lisätietoa ehkäisevän päihdetyön koordinaattorilta.

3.3 Ikäihmiset

Kotihoidon ja vammaispalveluiden yhteistyötä muiden yksiköiden kanssa tulee kehittää. Rajaus tehtävän kuvista ja asiakkaista, jotka kuuluvat päihdetyön piiriin tai kotihoidon piiriin, tulee selventää ja selkeyttää. Yhteistyötä tulee kehittää siihen suuntaan, että kummankin palveluyksikön osaaminen olisi asiakastyössä läsnä. Lääkehoidon toteuttaminen on usein kotihoidon vastuulla, mutta sosiaalinen tukeminen jää usein liian pienelle huomiolle. Kuntouttavassa ajatuksessa asiakkaan siirtyminen päihdepalveluiden toimistolle on hyvä, jolloin asiakas lähtee neljän seinän sisältä, kodin ulkopuolelle. Mutta tapauksissa, joissa asiakas ei lähde tai pääse lähtemään, kotihoito on useimmiten se palvelu, johon ollaan yhteydessä. Toivottavaa olisi näissä tilanteissa, että päihdepalvelut jalkautuisivat koteihin.

Päihdepalveluiden ja ikääntyneiden palveluiden välillä tulee käydä avointa keskustelua yksilöllisesti asiakkaista, jotka ovat kummankin palvelun piirissä. Tällä tavalla minimoidaan asiakkaiden ”pompottelu” palveluiden välillä.

Ihmisen jäädessä pois työelämästä voi olla, että merkityksellisyyden ja tarpeellisuuden tunne heikkenee. Ehkäisevänä toimenpiteenä vapaaehtoistoimintaa eläkeläisille olisi hyvä olla tarjolla.

Matalan kynnyksen puheeksiotto ja varhainen puuttuminen on todella tärkeää ehkäisevää päihdetyötä kotihoidossa. Näitä menetelmiä varten ei tarvitse olla muodostunut selkeää ongelmaa, vaan ongelmien syntyä voidaan välttää tehokkaalla puheeksiotolla. Tavoitteena on kehittää menetelmiä ja käytännön työkaluja puheeksiottoa varten, kotihoidon henkilökunnalle. Puheeksioton käytäntöjä on listattu tämän suunnitelman viimeisessä luvussa. (katso 5.1) Päihteiden käytön puheeksioton menetelmiä ja sen kynnyksen madaltamista tullaan kehittää kotihoidossa Sipossa vuosina 2022–2024.

4 Tutkimukset mittarina ja jatkuva seuranta

Ehkäisevä päihdetyö Sipoossa 2022–2024-suunnitelman asettamien tavoitteiden saavuttamiseksi ja toimenpiteiden toteuttamiseksi kiinnitetään kunnan toiminnassa huomiota ehkäisevään päihdetyöhön ja tavoitteisiin, jotta ne muodostaisivat luonnollisen osan suunnittelu- ja päätöksentekoprosessia.

Kyselyitä palveluihin liittyen luodaan, jotta voidaan mitata ehkäisevän päihdetyön rakenteiden sekä käytännön toimintojen toteutumista. Kyselyiden hyödyntäminen osallistaa kohderyhmiä ja kerää käyttäjäryhmien mielipiteitä palveluiden hyödyllisyyteen ja toimivuuteen liittyen. Lisäksi muiden tahojen toteuttamien kyselyjen tuloksia hyödynnetään toiminnan tulostittareina, mm. THL:n kouluterveyskyselyä 2023.

Seurantajärjestelmä luodaan, mitatakseen suunnitelman toimenpiteiden ja tavoitteiden toteutumista käytännön työssä. Päivittämiseksi ja ohjelmassa esitettyjen toimenpiteiden seurannalle luomme seuraavan menettelyn: ehkäisevän päihdetyön suunnitelma, joka toimii kunnan strategisena työkaluna, päivitetään kerran kolmessa vuodessa. Ohjelmaluonnoksesta pyydetään lausunnot nuorisovaltuustolta, vammaisneuvostolta, vanhusneuvostolta ja esitellään kunnan johtoryhmälle.

Sipoon kunnan perusopetuksen omaan hyvinvointikyselyyn lisätään kaksi kysymystä liittyen päihteiden käyttöön, parantaakseen tilanteen seuranta ja tarpeiden kartoittamista.

Lisättävät kysymykset ovat:

1. *Oletko kokeillut tupakkaa, nuuskaa tai sähkötupakkaa?*
2. *Oletko juonut alkoholia, esim. olutta tai siideriä?*

Vastausvaihtoehdot: *en ole / kerran tai kaksi / useammin*

Koulutoimen hyvinvointikysely toteutetaan kerran vuodessa 3.–9.-luokkalaisille ja tulokset saadaan nopeammin kuin valtakunnallisen kouluterveyskyselyn tulokset. Tulokset tukevat ehkäisevän päihdetyön toteutumista ja auttavat mittaamaan työn tehokkuutta ja tarvetta.

Ehkäisevän päihdetyön työryhmän tapaamiset harvennetaan kuukausittaisista, puolivuotisiksi, ja päätehtävä vastaisuudessa on seurata ehkäisevän päihdetyön tilannetta ja käydä läpi kehitysehdotuksia ja päivitystarpeita seuraavaa ehkäisevän päihdetyön suunnitelmaa varten. Tämä työryhmä toimii ainakin vuoden 2022 loppuun asti, jolloin tuleva hyvinvointialue tulee muuttamaan rakennetta.

Sipoon *Ehkäisevän päihdetyön toteuttajat* -työryhmä, joka koostuu ehkäisevän päihdetyön käytännön työtä toteuttavista työntekijöistä, kunnan eri yksiköistä sekä ulkopuolisista yhteistyökumppaneista luodaan vuonna 2022. Työryhmä kokoontuu, joka toinen kuukausi ja sen voimin luodaan seurantaraportti kerran vuodessa. Seurantaraportti tulee sisältää tietoja siitä mitä toimenpiteitä on toteutettu ja mitkä toimenpiteet ovat kesken, seuratakseen ehkäisevän päihdetyön suunnitelman toimenpiteiden toteutumista käytännön tasolla. Näin myös tiedotus toimenpiteiden etenemisestä sujuu luonnollisesti.

5 Käytännön vinkit ja toimenpiteet

Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman viimeiseen lukuun on koottu [käytännön vinkkejä ammattilaisille](#), perustuen Ehyt ry:n luomiin vinkkeihin, sekä luettelon Sipoon kunnan toimenpiteistä ja tavoitteista. Tämän luvun on tarkoitus tarjota käytännön vinkkejä ja esitellä lyhyesti ehkäisevän päihdetyön käytännön toimenpiteet, vaatimatta että lukija perehtyy suunnitelmaan kokonaisuudessaan.

5.1 Ehkäisevä päihdetyö arjessa – käytännön vinkkejä työhön

Ehkäisevän päihdetyön ammattikasvattajat

Päiväkodin henkilöstön ehkäisevä päihdetyö on vanhemmuuden tukemista ja lapsen oirehtimiseen puuttumista. Päiväkodissa luodaan perusta vuorovaikutustaitojen kehittymiselle ja sosiaalisissa tilanteissa toimimiselle. Myös lastensuojeluilmoitukset ovat ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Lasten kasvuolosuhteita turvaamalla voidaan ehkäistä päihteiden käytöstä aiheutuvia haittoja

Opettajalla on merkittävä rooli käsitellä päihteisiin liittyviä ajankohtaisia teemoja kouluympäristössä. Päihdekasvatus sisältyy terveystiedon opetukseen, mutta opettajien on hyvä olla valmiita keskustelemaan myös muilla tunneilla päihteisiin liittyvistä kysymyksistä, jos niitä ilmenee.

Mikäli koulussa järjestetään ulkopuolisen kouluttajan päihdekasvatustunti, tulee opettajan olla valmis keskustelemaan päihteistä jälkikäteen, jos oppilailla on herännyt aiheesta kysymyksistä. Koulu on päihteetön tila. Opettajan vastuulla on tämän vuoksi puuttua päihteiden välittämiseen, myyntiin ja hallussapitoon, jos tällaista koulualueella ilmenee.

Nuorisotyöntekijä huolehtii nuorisotyön päihteettömyydestä varmistamalla, että tiloissa ja tapahtumissa ei käytetä päihteitä. Nuorisotyöntekijän on hyvä suunnitella toimintaa niin, että ehkäisevän päihdetyön teemat pysyvät esillä säännöllisesti. Nuorisotyössä on mahdollista luoda vapaamuotoista keskustelukulttuuria, sillä toimintaan osallistutaan vapaa-ajalla. Nuorisotyöntekijän on tärkeää reagoida keskusteluissa esimerkiksi nuorten lisääntyneeseen puheeseen päihteistä, nuorten huoliin päihteisiin liittyen ja päihteiden käytön esillä pitämiseen.

Muut tärkeät toimijat ehkäisevässä päihdetyössä

Terveystieteiden, lääkärin tai sosiaalityöntekijän työssä päihteiden käyttö otetaan puheeksi vastaanotolla. Tämän työn tueksi on tarjolla erilaisia puheeksiotonmalleja. Tärkeätä on tarjota tukea päihteiden käytön arviointiin, vähentämiseen ja päihdehaittojen hallintaan.

Vastaanotolla aika on rajallinen. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on kuitenkin merkittävä rooli puuttua päihteiden käyttöön sekä luoda kuvaa päihteiltä suojaavista käyttäytymismalleista.

Esimerkki yksinkertaisesta ja tehokkaasta puheeksiotonmallista, jota voi hyödyntää peruspalveluissa:

1. Voidaanko vielä puhua alkoholista?
2. Miten paljon käytät alkoholia kerralla?
3. Miten paljon käytät alkoholia viikossa?

Monilla muillakin toimijoilla on vaikutusta ehkäisevän päihdetyön tekijöinä. Esimerkiksi kaupan

kassamyymjä ja ravintolatyöntekijä voi tehdä ehkäisevää päihdetyötä. Vastuullisen myynnin ja omavalvonnan ohjeiden noudattaminen ehkäisevät päihteistä aiheutuvia haittoja.

Kirjaston tai muun kohtaamispaikan henkilökunnalla on mahdollisuus tehdä ehkäisevää päihdetyötä tarjotessaan apua, tietoutta, tukea ja läsnäoloa tilan asiakkaalle. Urheiluseuran valmentajilla ja henkilöstöllä on mahdollisuus vähentää päihteistä koituvia haittoja rajaamalla päihteet toiminnan ulkopuolelle. Linja-auton tai taksin kuljettaja voi tarjota keskusteluapua lapselle tai aikuiselle ja siten omalta osaltaan tehdä ehkäisevää päihdetyötä.

Oma rooli ehkäisevässä päihdetyössä

Myös vanhempien rooli on merkittävä ehkäisevässä päihdetyössä. Vanhempien on hyvä pohtia omia kasvatuseriaatteitaan jo etukäteen, jotta he tietävät, miten suhtautuvat ja toimivat haastavissa tilanteissa lapsen tai nuoren kanssa. Vanhempien kasvatustehtävän kannalta on hyvä, jos vanhemmilla on yhteinen näkemys kasvatuseriaateista.

Ammattikasvattajan ehkäisevä päihdetyö on erilaista kuin vanhempien tekemä ehkäisevä päihdetyö. Vaikka ammattilainen on usein myös äiti tai isä, työ- ja kotiroolit on hyvä pystyä erottamaan kasvatustyössä toisistaan. Ammattilaisen työtä ohjaa ammattietiikka, joka on ammatillisista asennetta ja suhtautumista kasvatukseen.

Ammatillisuuteen ajatellaan usein kuuluvan erehtymättömyys ja virheettömyys. Päihdeilmiöt ovat kuitenkin ajassa muuttuvia ja sen vuoksi on ymmärrettävää, että kaikista päihdeaineisiin liittyvistä trendeistä ei voi eikä tarvitsekaan olla koko ajan perillä.

Riittää, että on kiinnostunut päivittämään omaa osaamistaan ja uskaltaa keskustella ammattikasvattajana myös aiheista, joista ei tiedä kaikkea. Luotettavaa tietoa on saatavilla eri järjestöjen nettisivuilta, koulutuksista ja ammatillisista verkostoista.

Ammattikasvattajien on hyvä pohtia omia näkemyksiään päihteistä ja keskustella työyhteisössä yhteisesti päihteiden käytöstä jo ennen kuin päihdeongelmia ilmenee. Tärkeää on myös sopia toimintatavoista, joista pidetään yhteisesti kiinni.

Yhteistyö kannattaa

Vaikuttavuutta lisätään yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemusten keinoin. Kun päihteistä aiheutuvien haittojen minimoiminen on yhteinen tavoite yhteiskunnassa, siihen myös todennäköisesti päästään.

Loppujen lopuksi ehkäisevässä päihdetyössä on kyse pienistä asioista. Tarvitaan vain tahtoa edistää hyvinvointia ja luottamusta omiin ja yhteisön kykyihin. Tavoitellaan rohkeasti yhdessä tulevaisuutta, jossa on vähemmän päihteistä aiheutuvia haittoja!

Käytännön vinkit ehkäisevään päihdetyöhön kasvatustyötä tekeville ammattilaisille

1. Kohtaaminen, kuuntelu, läsnäolo: Kohtaa ihminen, älä päihteiden käyttäjää. Anna aina uusi mahdollisuus! Mieti myös omaa suhtautumistasi päihteisiin, sillä asenteesi tulee näkymään keskusteluissa.

2. Puheeksiotto ja rohkeus: Uskalla ottaa vaikeat asiat puheeksi. Uskaltaudu puhumaan, vaikka et tietäisi kaikkia faktoja päihteistä! Tärkeintä on viesti, että olet kiinnostunut siitä, miten kohtaamallasi henkilöllä menee.

3. Päihdekäytön olosuhteet: Pohtikaa yhdessä päihteiden käytön syitä, koettuja hyötyjä, uskomuksia, kirjoittamattomia sääntöjä ja normeja. Miettikää keinoja rakentaa arkea ja saada iloa ilman päihteitä.

4. Säännöt ja rajoitukset: Pohtikaa yhdessä työntekijöiden kesken, mitä sallitte ja mitä ette salli. Miettikää, miten suhtaudutte päihteiden käyttöön, myyntiin ja välittämiseen tai päihteitä ihannoivaan puhumiseen. Miettikää etukäteen, miten toimitte, jos rajoituksia rikotaan, jotta suhtautuminen on mahdollisimman oikeudenmukaista. Jutelkaa yhdessä rajoitusten syistä ja tavoitteista sekä laatikaa yhteisön säännöt yhdessä. Päivittäkää sääntöjä tarpeen mukaan tilannetta paremmin vastaavaksi. Muistakaa, että rajojen asettaminen on huolehtimista.

5. Suunnitelmallisuus ja vastuun jako: Luokaa ehkäisevälle päihdetyöllä rakenteet työyhteisössänne. Merkitkää kalenteriin ja täyttäkää vuosikelloon ehkäisevän päihdetyön teemat. Nimetkää jokaisen vastuut ja jakakaa työn kuormaa. Kun on olemassa yhteiset käytännöt, jotka toimivat, jää aikaa ja voimavaroja reagoida ja olla läsnä.

6. Vertaistuki ja hyvät käytännöt: Jakakaa kokemuksianne, haasteitanne ja toimintatapojanne niin oman työyhteisön sisällä kuin moniammatillisestikin. Osallistukaa verkostotyöhön ja kyseenalaistakaa toimimattomat käytännöt. Kertokaa rohkeasti omat toimivat tapanne.

5.2 Toimenpideluettelo

Tässä suunnitelmassa olemme, perustuen Sipoon kunnan olemassa olevaan ehkäisevään päihdetyöhön, palveluihin sekä hyvinvoinnin ja päihteidenkäytön nykytilanteeseen, ehkäisevän päihdetyön työryhmän kanssa laatineet tulevia toimenpiteitä, strategiasia tavoitteita sekä visioita.

Luettelo tulevista konkreettisista toimenpiteistä kaudelle 2022-2024 sekä pitkäaikaisista tavoitteista:

1. Ehkäisevän päihdetyön vaikuttavuutta lisätään yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemusten lisäämisen sekä kunnan yksiköiden välisen yhteistyön keinoin. Tällä pykälällä pyrimme toisin sanoen vaikuttamaan ammattilaisten asenteisiin ja käyttäytymiseen.
2. Ehkäisevän päihdetyön toimijat voivat hyödyntää lukua 5.1, kehittääkseen arjen työtään.
3. Nuorisopalvelut ja koulutoimi luovat yhteisen *Ehkäisevän päihdetyön vuosikellon*, peruskouluille.
4. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori järjestää päihdeoppitunteja Sipoon ylä- ja alakoululaisille yhdessä nuorisotyön ammattilaisen ja ulkopuolisten ehkäisevän päihdetyön järjestöjen kanssa.
5. Nuorisopalvelut sitoutuvat panostamaan erityisesti tyttöjen kanssa tehtävään työhön. Kouluterveyskyselyn 2021 tulosten mukaan, tyttöjen huonovointisuus näkyy selvästi ja täten palveluiden tarve korostuu.
6. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori, koordinoi ja järjestää yhdessä kunnan muiden yksiköiden kanssa, joka lukuvuosi, vanhempainillan, liittyen päihteisiin ja ajankohtaisiin ilmiöihin.
7. Liikuntapalvelut ja nuorisopalvelut tulevat yhteistyössä alan järjestöjen kanssa järjestämään kasvatuksellista/ehkäisevän päihdetyön toteuttamisen koulutusta, lasten ja nuorten kanssa toimiville ohjaajille/valmentajille, vähintään kerran vuodessa.
8. Kotihoidossa ja muissa peruspalveluissa kehitetään menetelmiä ja madalletaan kynnystä päihteiden käytön puheeksiottoa varten.
9. Ehkäisevän päihdetyön seurannan parantamiseksi Sipoon kunnan peruskoulujen omaan hyvinvointikyselyyn lisätään kaksi kysymystä päihteiden käyttöön liittyen. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori seuraa kunnan ehkäisevän päihdetyön tarpeita, kehitystä sekä tämän suunnitelman toimenpiteiden toteutumista ja laatii vuosittain seurantaraportin.
10. Ehkäisevän päihdetyön toteuttajat -työryhmä, perustetaan. Työryhmä kokoontuu joka toinen kuukausi ja koostuu ehkäisevän päihdetyön käytännön työtä toteuttavista työntekijöistä kunnan eri yksiköistä sekä ulkopuolisista yhteistyökumppaneista.

6 Yhteenveto

Ehkäisevää päihdetyötä ohjaa laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. Laki tuli voimaan vuonna 2015 ja se määrittää alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja rahapelaamisen haittojen ehkäisyä.

Lain mukaan ehkäisevän päihdetyön on perustuttava päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Ehkäisevässä päihdetyössä tulee lain mukaan kiinnittää huomioita myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin.

Vuonna 2021 Sipoon kunta palkkasi ensimmäisen ehkäisevän päihdetyön koordinaattorinsa ja muodosti työryhmän ehkäisevän päihdetyön suunnitelman laatimista varten.

Sipoossa tehdään monimuotoista ehkäisevää päihdetyötä, mutta työ on ollut hajanaista ja yhteistyö puutteellista. Tarve kattavimmalle palveluille on myös olemassa.

Sipolaiset voivat pääasiassa hyvin, mutta kuten tuoreimmasta kouluterveyskyselystä (2021) selviää, nuorten, varsinkin tyttöjen, mielenterveysongelmat ovat yleistyneet. Alkoholin ja tupakkatuotteiden käyttö jatkaa laskuaan, mutta pieni ryhmä nuoria käyttää niitä paljon ja yhä useimmin myös vaihtoehtoisia päihteitä. Työkäiset voivat Sipoossa valtakunnallista keskivertoa paremmin, mutta ikäihmiset käyttävät hieman tavallista enemmän alkoholia.

Tutkimustietojen sekä ammattilaisten kokemien tarpeiden perusteella ehkäisevän päihdetyö työryhmä on tätä suunnitelmaa varten luonut konkreettisia toimenpiteitä ja strategisia tavoitteita, toimivaksi todettuihin menetelmiin perustuen. Suunnitelma sisältää myös käytännön vinkkejä ehkäisevän päihdetyön toimijoille.

Ehkäisevän päihdetyön suunnitelmaa tullaan päivittämään joka kolmas vuosi ja seurantaraportti laaditaan kerran vuodessa, seurataksi miten suunnitelman toimenpiteiden toteuttaminen käytännön tasolla sujuu.



Lähde: EHYT ry 5

Lähteet

<https://stm.fi/ehkaiseva-paihdeetyo>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/mita-ehkaiseva-paihdeetyo-on>

<https://thl.fi/documents/605763/1449622/Ehkaisevanpaihdeetyonlaatukriteerit.pdf/e78556f1-3844-45dd-933a-bfa63e65a2d1>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/mita-ehkaiseva-paihdeetyo-on/miksi-ehkaisevaa-paihdeetyota-tehdaan>

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163021>

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

<https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2021/01/Talousarvio-2021.pdf>

<https://finlex.fi/fi/esitykset/he/2021/20210056>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/ehkaisevan-paihdeetyon-johtaminen/koordinaattori-kunnan-ehkaisevan-paihdeetyon-varmistajana>

<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku?g=340>

https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2020/11/sipoon_hyvinvointikertomus_2017-2020.pdf

<https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2021/01/Sipoon-turvallisuustoimenpideohjelma-2020-2021.pdf>

<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/finsote-tutkimus>

<https://yad.fi/huumetietoa/riippuvuus-ja-toipuminen/altistavia-ja-suojaavia-tekijoita/>

<https://www.sipoo.fi/uutiset/hobari-tuo-harrastukset-sipoon-kouluihin/>

https://www.valvira.fi/documents/14444/261236/Ymparistoterveydenhuollon_valvontaohjelma_2020_2024.pdf/6e1b09c4-c935-6482-059a-035ac95aaa22?t=1568015396747

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163002>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/alkoholinkayton-puheeksiotto-ja-mini-interventio>

https://tietopuu.a-klinikkasaatio.fi/uutinen/huomioidaanko_vammaiset_paihdepalveluissa?fbclid=IwAR2mUuw5ipJ7

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihteiden-kayton-erityisryhmia/paihteet-ja-vammaisuus>

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/ammattikasvattaja-ja-ehkaiseva-paihdeetyo/>

Tukea ja tietoa Sipoossa:

[Nuovo - apua ja tukea Sipoossa](#)

[Kondis ry](#)

[Raide ry](#)

[Työllisyysyksikkö Risteys](#)

[Päihde- ja mielenterveyspalvelut - Sipoo](#)

[Ehkäisevä päihdetyö - Sipoo](#)

Tukea ja tietoa verkossa:

[Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry](#)

[MIELI Suomen mielenterveys ry](#)

[Apuu-chat \(SOS-lapsikylä\)](#)

[Sekasin-chat \(MIELI ry\)](#)

[Tukinet \(MIELI ry\)](#)

[Restart - ohjelma videopelaajille \(Peluuuri\)](#)

[Nuorten-netti \(MLL\)](#)

[Päihdelinkki](#)

Oppaat:

[Kissa pöydälle- puhu alkoholista nuoren kanssa](#)

[Miten autan lastani? - Opas vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia](#)

[Miten huolehdin lapsistani? -käsikirja vanhemmille, joita oma päihteiden käyttö askarruttaa](#)

[Mikä meidän vanhempia vaivaa? – käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia](#)





TOIMINTAOHJE

SIPOONKOULUILLE JA OPPILAITOKSILLE

Päivitetty
17.6.2021

PÄIHTYNYT OPPILAS/PÄIHTEDEN HALLUSSAPITO/MYYMINEN



YHTEYSTIETOJA VIRKA-AIKANA

KOULUN TÄRKEÄT NUMEROT

Rehtori

[Empty box for Rehtori number]

Koulukuraattori

[Empty box for Koulukuraattori number]

Terveystieteiden johtaja

[Empty box for Terveystieteiden johtaja number]

AVOSAIRAANHOITO

- konsultoiva sairaanhoitaja
040 191 4287
- hätätilanne
- lääkäri 040 191 4550
- sairaanhoitaja 040 191 4203

LAPSIPERHEIDEN SOSIAALITYÖ

päivystys arkisin klo 8.15 - 15.00
asiakkaille ja työntekijöille

09 2353 6013

PÄIHDETYÖ

040 191 4449

PÄIVYSTÄVÄ
TERVEYDENHOITAJA

040 191 4302

VIRKA-AJAN ULKOPUOLELLA

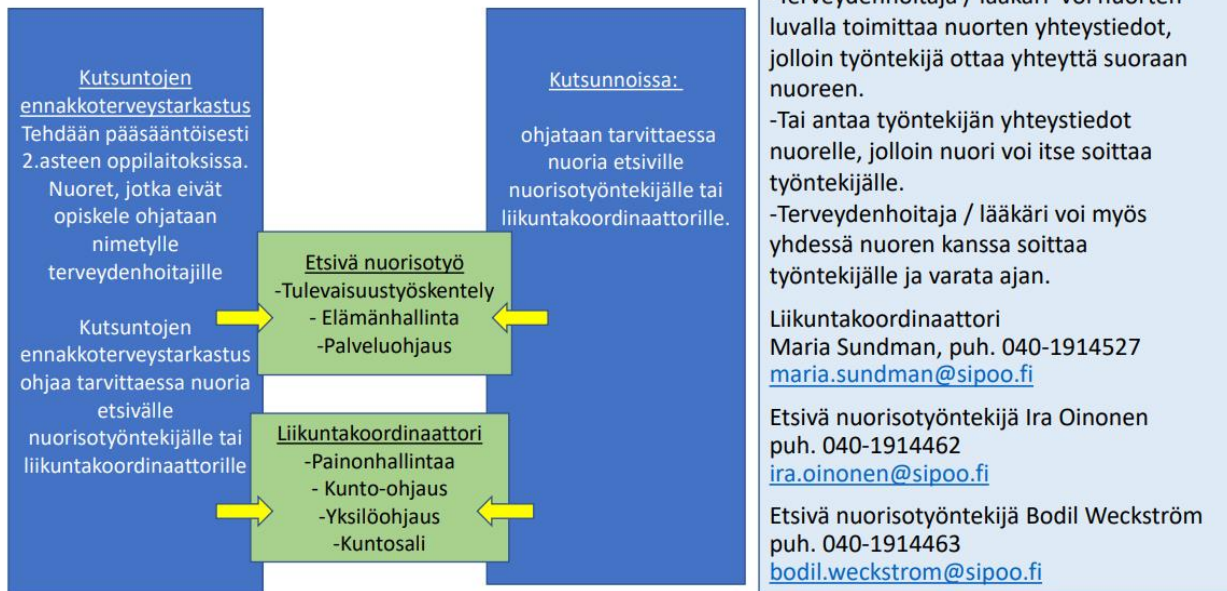
ITÄ-UUDENMAAN
SOSIAALI- JA KRIISIPÄIVYSTYS 24/7

040 517 4194

HUS PORVOO
PÄIVYSTYSAPU 24/7

116 117

Intti kuntoon ! ohjaus sipoolaisille nuorille



Armé skick ! Handledning för Sibbo unga



liite 3.

